

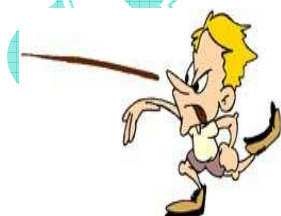
# ***Fédération Algérienne du Sport Scolaire***

## **Direction Technique Nationale**

Département primaire sports individuels

Département primaire sports collectifs

# ***Guide Technique des Ecoles Primaires***



# Sommaire

I.	Introduction .....	3
II.	Découpage régional .....	4
III.	Charte des droits de l'enfant dans le sport .....	5
IV.	Objectifs.....	6- 10
V.	Caractéristiques biologiques et psychologiques des élèves de l'école primaire .....	11-13
VI.	Tableaux des effectifs dans les différentes disciplines.....	14-24
VII.	La Mini- réglementation des disciplines retenues :	
A. Sports individuels :		
1)	Règles de l'athlétisme pour enfants .....	25-60
2)	Règles de la gymnastique .....	61-63
3)	Règles de la natation .....	64
4)	Règles du tennis de table .....	65-67
5)	Règle des échecs .....	68-69
B. Sports collectifs.....		
1)	Règles du Mini- Hand-ball .....	73-76
2)	Règles du Mini- Basket-ball.....	77-84
3)	Règles du Mini- Volley-ball.....	85-86
4)	Règles du Mini- Football.....	87-88
C. Sports de combats :		
1)	Règles du judo .....	89-92
2)	Règles du karaté-Do .....	93-96

## ***Introduction***

De part sa nature pédagogique, le sport représente un processus spécialisé de l'éducation corporelle qui ne peut s'accomplir qu'avec l'éducation générale de celui qui veut un jour se targuer d'être un sportif.

L'éducation générale étant intellectuelle, morale et éthique, la société algérienne moderne a décidé a tort ou a raison de la faire inculquer a ses enfants au niveau des écoles de la république, qui, en plus de la cellule familiale, sont actuellement le lieu privilégié où se fabrique, se construit se modèle l'Algérie de demain.

C'est sur ce dernier constat que nous allons axés nos efforts pour contribuer a la réussite du sport scolaire aux écoles primaires qu'est le creuser et le pourvoyeur du sport d'élite a part entière.

Toute stratégie, bien entendu, doit prendre en compte le fait de proposer aux enfants des expériences motrices amusantes qui permettraient de les motiver au mieux. De réaliser des unités motrices de base variées, organisées dans une atmosphère de spontanéité et de plaisir.

**la direction technique nationale**

## Découpage Régional

<u>REGION</u>	<u>ZONE</u>	<u>WILAYA</u>
ALGER	Alger	Boumerdes-Tamanrasset-Illizi
	Tizi-Ouzou	Bouira
ANNABA	Annaba-	Skikda- el teref
	Guelma	Tébessa- Souk-Ahras
BLIDA	Blida	Médéa –Djelfa
	Tipaza	Ain defla-chlef
SETIF	Sétif	Biskra- Bejaïa
	B-B-A	M'silla
ORAN	Oran	Relizane-Mostaganem
	Tiaret	Tissemsilt
SIDI-BELABASSE	S.B.A	Ain-t'émouchent-Tlemcen
	Saida	Mascara-Naama
	Béchar	Tindouf-Adrar- el bayed
LAGHOUAT	Laghouat	Ghardaïa
	Ouargla	El oued
CONSTANTINE	Constantine	Mila-Jijel
	Batna	Oum el bouagui- khenchla

## **CHARTRE DES DROITS DE L'ENFANT DANS LE SPORT**

- **Droit de faire du sport**
- **Droit de s'amuser et de jouer comme un enfant**
- **Droit de bénéficier d'un milieu sain**
- **Droit d'être traité avec dignité**
- **Droit d'être entraîné par des personnes compétentes**
- **Droit de se mesurer à des jeunes qui ont les mêmes Probabilités de succès**
- **Droit de participer à des compétitions adaptées**
- **Droit de pratiquer son sport en toute sécurité**
- **Droit d'avoir des temps de repos**
- **Droit de ne pas être un champion**

**Genève le 17 novembre 1988 : collectif d'éducateurs**

## **1. Objectifs:**

L'aspect compétitif est le meilleur moyen pour atteindre les objectifs souhaités dans le milieu éducatif, qui sont :

- L'initiation,
- La massification,
- Le développement,
- La formation,
- L'éducation,
- Promotion de la santé
- L'interaction sociale.

## **2. Animation sportive compétitive des écoles primaires**

Paliers	Âges	Niveaux concernés	Objectif final	Étapes
primaire (P1)	5 à 6ans	Préscolaire et première année	Inter –classes Ou festival communal	Chaque année
Primaire (P2)	7 et 8 ans	2 <sup>ème</sup> et 3 <sup>ème</sup> année	Festival wilaya	Chaque année
Primaire (P3)	9 et 11ans	4 <sup>ème</sup> et 5 <sup>ème</sup> année	Festival National	Chaque année

N.B :

\*les élèves scolarisés âgés de 12 ans ont le droit de participés aux

Compétitions scolaires.

## **1-2- Discipline sportive proposée et leurs effectifs annuels**


N°	Disciplines	Nombre d'élèves par équipe		Qualification
		Garçons	Filles	
1	Mini- Athlétisme	10	10	Equipe d'établissement
2	Natation	06	06	
3	Tennis de table	05	05	
4	Gymnastique	06	06	
5	Mini- Hand –Ball	10	10	
6	Min-Volley Ball	08	08	
7	Mini-Basket Ball	10	10	
8	Mini- Foot Ball	14	14	
9	Karate - do	06	06	
10	Judo	05	05	
11	Les échecs	05	05	

## **3- Objectifs a cours termes :**



### **1<sup>re</sup> phase wilaya:**

- ❖ **A l'intérieur de l'établissement** : tournoi inter- classes dans les disciplines proposées en essayant de faire participer le maximum d'élèves pour constituer les équipes de l'école.
- ❖ **Au niveau de la commune** : rencontre inter – écoles existantes au niveau de la commune.
- ❖ **Au niveau daïra** : rencontre des meilleures écoles de la daïra.
- ❖ **Au niveau wilaya** : regroupe les équipes championnes de daïra.

 **2<sup>eme</sup> phase Nationale** : participent à cette phase les équipes championnes de région ayant disputées les phases suivantes :

- **Wilaya** : équipe d'établissement championne inter daïra.
- **Zone** : équipe d'établissement championne de wilaya.
- **Région** : équipe d'établissement championne de zone.
- **National** : équipe d'établissement championne de région.

### **3- Organisation a l'intérieur de l'établissement (célébration des fêtes nationales et la journée de l'enfance)**

L'organisation a l'intérieur de l'école est assure par les instituteurs en collaboration avec l'administration de l'école et les responsables du sport scolaire dans la commune et circonscription.

**Discipline** : selon les moyens, mais obligation athlétisme pour enfants + sport collectif.

**Exigences** : jouer le maximum de rencontres, plusieurs compétitions en athlétisme.

### **4- Organisation a l'extérieur de l'établissement :**

Elle est assure par LWSS ce qui implique automatiquement la responsabilité de la commission technique de wilaya concernant ce palier, présidé par un enseignant en éducation physique et sportive et assisté par 5 instituteurs ou techniciens, chacun dans une spécialité (disciplines retenues)

### **5- Rôle de cette commission :**

- Sensibiliser les directeurs des écoles et les parents d'élèves pour attirer le maximum de participants,
- Rassembler les engagements des écoles dans les différentes disciplines,
- D'organiser et d'établir le calendrier des différentes phases en collaboration avec la DTW,



- De contribuer à l'organisation sportive au sein des écoles en difficultés,
- De coordonner avec les autorités locales (commune –daïra et wilaya) concernant les infrastructures,
- De convoquer les responsables des équipes engagées en cas de nécessité.

➤ **1<sup>ère</sup> Etape : Participation au festival de wilaya**

- Athlétisme pour enfants : Equipe d'établissement championne de la commune dans les deux sexes.
- Sport-Collectif : Equipe d'établissement championne de Daïra.

## **5-1 FINANCEMENT ET RECOMPENSES**

- Au niveau de la commune, Daïra et wilaya, tout frais d'organisations sont à la charge de la LWSS ainsi que les récompenses.

## **5-2 Les rencontres au niveau local:**

- Peuvent être organisés sous forme de tournoi non-stop (challenge) concernant les 5 mini sport collectif et en plusieurs demi-journées en athlétisme.
- Ou bien sous formes de mini-championnat en aller simple ou en aller et retour (selon la spécificité de chaque wilaya).
- Journée : elle peut être arrêtée selon les possibilités de chaque wilaya ou bien lors des jours fériés et vacances.

## **5-3 Engagement et affiliation:**

L'affiliation et les engagements au niveau des ligues wilayas du sport scolaire (LWSS) sont obligatoires pour pouvoir participer aux différentes compétitions.

## **5-4 La licence scolaire:**

Elle est obligatoire pour participer au festival de wilaya ainsi qu'au festival national.

## **6- Organisation technique:**

La réglementation qui régit le festival wilaya et national est celle adopter par la FASS à savoir :

### **A. Sports individuels:**

- 1) Règles de l'athlétisme pour enfants
- 2) Règles de la gymnastique
- 3) Règles de la natation
- 4) Règles du tennis de table
- 5) Règle des échecs

### **B. Sports collectifs :**

- 1) Règles du Mini- Hand-ball
- 2) Règles du Mini- Volley-ball
- 3) Règles du Mini- Basket-ball
- 4) Règles du Mini- Football

### **C. Sports de combats :**

- 1) Règles du judo
- 2) Règles du karaté-Do

## **➤ 2<sup>eme</sup> Etape : Participation au festival national**

### **✓ Participation :**

Athlétisme pour enfants : les équipes d'établissement championnes de zone.

Mini- sport collectif : équipes d'établissement championne de Région.

## **Qualification national 08 régions + wilaya organisatrice**

**7- Officiels et arbitres** : Toutes les rencontres et compétitions doivent être obligatoirement officiées et arbitrer par les jeunes arbitres scolaires, a tous les niveaux

# **1. CARACTÉRISTIQUES BIOLOGIQUES ET PSYCHOLOGIQUES DES ELEVES DE L'ECOLE PRIMAIRE**

Caractéristiques et spécificité de l'élève	Périodes
<p><b><u>Développement physique</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Une hausse moyenne de 2,5 cm par an</li> <li>• commencer à gagner du poids plus rapidement à l'âge de 8 ou 9</li> <li>• gros muscles dans les bras et les jambes sont plus développés que les petits muscles - les enfants peuvent faire rebondir un ballon et de courir, mais il est difficile de faire les deux en même temps.</li> <li>• Même si les enfants sont fatigués, ils peuvent ne pas vouloir se reposer. Vous aurez besoin de prévoir du temps pour eux de se reposer.</li> </ul> <p><b><u>Développement cognitif</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le développement rapide des capacités mentales</li> <li>• Plus grande capacité de raconter des expériences et parler de pensées et de sentiments</li> <li>• moins se concentrer sur son souci de soi et plus pour les autres</li> <li>• Commencer à penser logiquement</li> </ul> <p><b><u>Développement social et émotionnel</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Plus d'indépendance avec les parents et la famille</li> <li>• Un plus grand sens du bien et du mal</li> <li>• Augmentation de la capacité de s'engager dans la concurrence</li> <li>• A partir de conscience de l'avenir - les enfants apprennent à planifier à l'avance</li> <li>• Cultivons la compréhension de sa place dans le monde</li> <li>• Une plus grande attention à l'amitié et le travail d'équipe</li> </ul>	<p>6 A 9 A N S</p>

Caractéristiques et spécificités de l'élève	Périodes
<p><b><u>La croissance :</u></b></p> <p>L'accroissement de la taille se manifeste par l'allongement des membres inférieurs. Les masses graisseuses diminuent.</p> <p><b><u>L'ossification :</u></b></p> <p>Apparition de points d'ossification complémentaires :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• au niveau des membres supérieurs: points des têtes radiales cubitales, squelette du poignet, de la main (métacarpiens et phalanges).</li> <li>• au niveau des membres inférieurs : l'apparition du point du petit trochanter.</li> </ul> <p><b><u>L'aspect fonctionnel :</u></b></p> <p>Augmentation sensible du volume du myocarde et de l'appareil pulmonaire dans une cage thoracique qui demeure exigu d'où une certaine gêne fonctionnelle.</p> <p>A 10 ans, le volume du cœur est en moyenne de 180 cm<sup>3</sup> chez les garçons, de 150 cm<sup>3</sup> chez les filles. La capacité pulmonaire est de 1500 à 1600 cm<sup>3</sup>.</p> <p>A cet âge, l'appareil cardio-pulmonaire présente des possibilités fonctionnelles encore faibles d'autant que l'adaptation à l'effort se fait par une activation brusque des mécanismes aérobies.</p>	<p>9 A 12 A N S</p>

### **Sur le plan moteur et psychomoteur :**

L'évolution anatomique des structures nerveuses se poursuit :

- la coordination s'améliore
- les mouvements deviennent précis
- l'équilibration s'assure (grimpers, patin à roulettes, jeux de rapidité, d'esquive, d'adresse, etc..).
- l'adresse prédomine au niveau des extrémités, le contrôle des ceintures et de l'axe n'étant pas acquis
- acquisition rapide de nombreux automatismes
- âge de grâce de possibilités motrices nouvelles et du contrôle de la forme des mouvements
- accession à une image corporelle précise
- disponibilité motrice globale, l'attention peut être soutenue, l'immobilité voulue pendant un temps assez long devient possible
- vers 11-12 ans, l'adaptation sensori-motrice est bonne, l'enfant manifeste beaucoup d'aisance dans ses gestes et éprouve de la joie à se bien mouvoir.

9  
A  
12  
A  
N  
S

### **L'aspect psychologique :**

- Régression graduelle du syncrétisme intellectuel.
- L'enfant à besoin de justice, d'initiative et surtout d'indépendance relative, d'égalité dans le groupe.
- découverte des règles du jeu, la notion de droit et de devoir.

## **TABLEAU DES EFFECTIFS DANS LES DIFFERENTES DISCIPLINES**

### **Athlétisme pour Enfants:**

Régions	Athlètes et encadreurs				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	10	1	10	1	1+1	24
ANNABA	10	1	10	1	1+1	24
BLIDA	10	1	10	1	1+1	24
SETIF	10	1	10	1	1+1	24
ORAN	10	1	10	1	1+1	24
S.B.A	10	1	10	1	1+1	24
LAGHOUAT	10	1	10	1	1+1	24
CONSTANTINE	10	1	10	1	1+1	24
W.ORGANISATRICE	20	2	20	2	1+1	46
	100	10	100	10	09+09	238

Elèves : 100 filles

100 garçons

Encadreurs : 10 Filles

10 garçons

200 élèves

20 encadreurs

18 chefs de délégation

***Total de l'effectif : 238 personnes***

## Gymnastique:

Régions	Athlètes et encadreur				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	06	1	06	1	1+1	16
ANNABA	06	1	06	1	1+1	16
BLIDA	06	1	06	1	1+1	16
SETIF	06	1	06	1	1+1	16
ORAN	06	1	06	1	1+1	16
S.B.A	06	1	06	1	1+1	16
LAGHOUAT	06	1	06	1	1+1	16
CONSTANTINE	06	1	06	1	1+1	16
W.ORGANISATRICE	12	2	12	2	1+1	30
	60	09	60	09	09+09	158

Elèves : 60 filles

60garçons

Encadreur : 10 Filles

10garçons

120 élèves

20 encadreur

18 chefs de délégation

***Total de l'effectif : 158 personnes***

## Natation:

Régions	Athlètes et encadreur				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	06	1	06	1	1+1	16
ANNABA	06	1	06	1	1+1	16
BLIDA	06	1	06	1	1+1	16
SETIF	06	1	06	1	1+1	16
ORAN	06	1	06	1	1+1	16
S.B.A	06	1	06	1	1+1	16
LAGHOUAT	06	1	06	1	1+1	16
CONSTANTINE	06	1	06	1	1+1	16
W.ORGANISATRICE	12	2	12	2	1+1	30
	60	10	60	10	09+09	158

Elèves : 60 filles

60 garçons

Encadreur : 10 Filles

10 Garçons

120 élèves

20 encadreur

18 chefs de délégation

***Total de l'effectif : 158 personnes***



## Tennis de table:

Régions	Athlètes et encadreur				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	05	1	05	1	1+1	14
ANNABA	05	1	05	1	1+1	14
BLIDA	05	1	05	1	1+1	14
SETIF	05	1	05	1	1+1	14
ORAN	05	1	05	1	1+1	14
S.B.A	05	1	05	1	1+1	14
LAGHOUAT	05	1	05	1	1+1	14
CONSTANTINE	05	1	05	1	1+1	14
W.ORGANISATRICE	10	2	10	2	1+1	26
	50	10	50	10	09+09	138

Elèves : 50 filles

50 garçons

Encadreur : 10 Filles

10 garçons

100 élèves

20 encadreur

18 chefs de délégation

***Total de l'effectif : 138 personnes***

## Mini- Hand Ball:

Régions	Athlètes et encadreur				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	10	1	10	1	1+1	24
ANNABA	10	1	10	1	1+1	24
BLIDA	10	1	10	1	1+1	24
SETIF	10	1	10	1	1+1	24
ORAN	10	1	10	1	1+1	24
S.B.A	10	1	10	1	1+1	24
LAGHOUAT	10	1	10	1	1+1	24
CONSTANTINE	10	1	10	1	1+1	24
W.ORGANISATRICE	20	2	20	2	1+1	46
	100	10	100	10	09+09	238

Elèves : 100 filles

100 garçons

Encadreur : 10 Filles

10 garçons

200 élèves

20 encadreur

18 chefs de délégation

***Total de l'effectif : 238 personnes***

## Mini- Basket Ball:

Régions	Athlètes et encadreur				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	10	1	10	1	1+1	26
ANNABA	10	1	10	1	1+1	26
BLIDA	10	1	10	1	1+1	26
SETIF	10	1	10	1	1+1	26
ORAN	10	1	10	1	1+1	26
S.B.A	10	1	10	1	1+1	26
LAGHOUAT	10	1	10	1	1+1	26
CONSTANTINE	10	1	10	1	1+1	26
W.ORGANISATRICE	20	2	20	2	1+1	46
	100	10	100	100	09+09	238

Elèves : 100 filles

100 garçons

Encadreur : 10 Filles

10 garçons

200 Elèves

20 Encadreur

18 Chef de délégation

***Total de l'effectif : 238 personnes***

## Mini-Volley Ball:

Régions	Athlètes et encadreur				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	08	1	08	1	1+1	20
ANNABA	08	1	08	1	1+1	20
BLIDA	08	1	08	1	1+1	20
SETIF	08	1	08	1	1+1	20
ORAN	08	1	08	1	1+1	20
S.B.A	08	1	08	1	1+1	20
LAGHOUAT	08	1	08	1	1+1	20
CONSTANTINE	08	1	08	1	1+1	20
W.ORGANISATRICE	16	2	16	2	1+1	38
	80	10	80	10	09+09	198

Elèves : 80 filles

80 garçons

Encadreur : 10 Filles

10 garçons

160 élèves

20 encadreur

18 chefs de délégation

***Total de l'effectif : 198 personnes***

## **Mini-Football:**

Régions	Athlètes et encadreurs				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	14	1	14	1	1+1	32
ANNABA	14	1	14	1	1+1	32
BLIDA	14	1	14	1	1+1	32
SETIF	14	1	14	1	1+1	32
ORAN	14	1	14	1	1+1	32
S.B.A	14	1	14	1	1+1	32
LAGHOUAT	14	1	14	1	1+1	32
CONSTANTINE	14	1	14	1	1+1	32
W.ORGANISATRICE	28	2	28	2	1+1	62
	140	10	140	10	09+09	318

Elèves : 140 filles

140 garçons

Encadreurs : 10 Filles

10 garçons

280 élèves

20 encadreurs

18 chefs de délégation

***Total de l'effectif : 318 personnes***

## Judo:

Régions	Athlètes et encadreur				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	5	1	5	1	1+1	14
ANNABA	5	1	5	1	1+1	14
BLIDA	5	1	5	1	1+1	14
SETIF	5	1	5	1	1+1	14
ORAN	5	1	5	1	1+1	14
S.B.A	5	1	5	1	1+1	14
LAGHOUAT	5	1	5	1	1+1	14
CONSTANTINE	5	1	5	1	1+1	14
W.ORGANISATRICE	10	2	10	2	1+1	26
	50	10	50	10	09+09	138

Elèves : 50 filles

50 garçons

Encadreur : 10 Filles

10 Garçons

100 élèves

20 encadreur

18 chefs de délégation

**Total de l'effectif : 138 personnes**

## Karaté-do:

Régions	Athlètes et encadreurs				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	05	1	05	1	1+1	14
ANNABA	05	1	05	1	1+1	14
BLIDA	05	1	05	1	1+1	14
SETIF	05	1	05	1	1+1	14
ORAN	05	1	05	1	1+1	14
S.B.A	05	1	05	1	1+1	14
LAGHOUAT	05	1	05	1	1+1	14
CONSTANTINE	05	1	05	1	1+1	14
W.ORGANISATRICE	10	2	10	2	1+1	26
	50	10	50	10	09+09	138

Elèves : 50 filles

50garçons

Encadreurs : 10 Filles

10 garçons

100 élèves

20 encadreurs

18 chefs de délégation

***Total de l'effectif : 136 personnes***

## Les échecs:

Régions	Athlètes et encadreur				Chef de délégation	Total
	Filles		Garçons			
ALGER	05	1	05	1	1+1	14
ANNABA	05	1	05	1	1+1	14
BLIDA	05	1	05	1	1+1	14
SETIF	05	1	05	1	1+1	14
ORAN	05	1	05	1	1+1	14
S.B.A	05	1	05	1	1+1	14
LAGHOUAT	05	1	05	1	1+1	14
CONSTANTINE	05	1	05	1	1+1	14
W.ORGANISATRICE	10	2	10	2	1+1	26
	50	10	50	10	09+09	138

Elèves : 50 filles

50 garçons

Encadreur : 10 Filles

10 garçons

100 élèves

20 encadreur

18 chefs de délégation

**Total de l'effectif : 138 personnes**

## Tableau Récapitulatif

N°	Disciplines	Effectifs			Chef de délégation	Total
		Filles	Garçons	Encadreur		
1	Athlétisme	100	100	20	18	238
2	Gymnastique	60	60	20	18	158
3	Natation	60	60	20	18	158
4	Tennis de table	50	50	20	18	138
5	Hand-ball	100	100	20	18	238
6	Basket-ball	100	100	20	18	238
7	Volley-ball	80	80	20	18	198
8	Football	140	140	20	18	318
9	Judo	50	50	20	18	138
10	Karaté-do	50	50	20	18	138
11	Les échecs	50	50	20	18	138
		840	840	220	198	2098



# SPORT INDIVIDUEL

- 1) Règles de l'athlétisme pour enfants
- 2) Règles de la gymnastique
- 3) Règles de la natation
- 4) Règles du tennis de table
- 5) Règle des jeux d'échec

# *L'Athlétisme pour enfants*

## A

# *L'Ecole Primaire*



Festival national des écoles primaires a BBA athlétisme pour les enfants juillet 2011

# Pourquoi l'Athlétisme à l'école élémentaire ?



D'abord parce qu'il est la première activité physique (souvent la seule) développant à l'école primaire la compétence spécifique n°1 « réaliser une performance que l'on peut mesurer ».

Ensuite, cette activité s'appuie sur la motricité de base, courir, sauter, lancer, et elle est accessible à tous les âges de l'école, et à tous les enfants, quel que soit leur milieu, leur vécu antérieur. Son sens est simple et clair pour eux.

De plus, on peut pratiquer cette activité dans tous les lieux : cour d'école, salle. Avec très peu de matériel ou d'équipements.

L'athlétisme fait appel à des ressources telles que la volonté, le sens de l'effort et de la persévérance, qu'il est fondamental de développer très tôt chez les enfants d'aujourd'hui, menacés par la sédentarité et le surpoids.

Comme les autres activités sportives enseignées à l'école, l'athlétisme se prête très bien à développer les compétences générales déclinées dans les programmes :

- elle met en jeu des principes de sécurité, des règles à respecter, des fonctionnements à répéter.
- elle demande de se connaître, d'analyser ses résultats pour s'engager vers un projet de performance, de se concentrer, de se maîtriser jusqu'au bout.
- elle engage l'émotivité, le contrôle de soi, face à des résultats directement mesurables, au vu de tous
- elle permet un travail d'équipe très propice à stimuler chaque enfant
- elle met en place des connaissances spécifiques qui enrichissent le bagage culturel des enfants
- par toutes les mesures qu'elle occasionne, elle permet de donner un sens concret à des données mathématiques (temps, distance, vitesse,...)

## **Groupes d'âge et programme de compétition**

<b>Groupe d'âge</b>	<b>P1</b>	<b>P2</b>	<b>P3</b>
Age en Année	<b>5-6</b>	<b>7-8</b>	<b>9-11</b>
<b>Sprint / courses d'équipe</b>			
Sprint haies		X	X
Sprint en slalom	X	X	X
Course d'endurance	X	X	X
"formule 1"	X	X	X
<b>Sauts</b>			
Saut en longueur avec perche		X	X
Saut à la corde	X		
Sauts de grenouille vers l'avant	X	X	
Sauts en croix	X	X	X
Course lattée			X
<b>Lancers</b>			
Lancer sur cible	X	X	
Lancers de javelot KIDS	X	X	X
Lancers à genoux	X		
Lancers arrière			X
Lancers en rotation		X	X
<b>Nombre d'épreuves</b>	<b>09</b>	<b>10</b>	<b>10</b>

### **3. Disciplines**

#### **3.1 Sprint / Haies**

**Brève description :** courses de relais combinant les courses de sprint et de haies

**Nom des Kids discipline :** "Echappée de Kangourous"

**Adapté pour :** groupes d'âge P2 et P3

#### **Procédure**

Deux couloirs sont nécessaires pour chaque équipe : un couloir avec et un autre sans haies.

La moitié de l'équipe est du côté opposé, le premier participant (N°1) commence par une roulade avant, puis court 40m plat. A la fin de son parcours N°1 transmet l'anneau en plastique à un membre de l'équipe qui l'attend (N°2), qui le prend en tenant sa main à côté d'un drapeau. Ce participant commence lui aussi par une roulade avant, mais court la distance

En franchissant des haies. La transmission se passe à chaque fois de la même manière qu'entre les deux premiers équipiers. Après une roulade avant, le prochain membre de l'équipe (N°3) court sur le plat, puis transmet au N°4 qui court sur les haies et ainsi de suite. La course continue ainsi jusqu'à ce que chaque équipier court sur le plat et sur les haies (de cette façon l'équipier N°9 est le point d'ancrage sur les haies).

L'anneau en plastique (le témoin) est porté dans la main droite et est transmis dans la main droite du receveur à chaque fois. Chaque parcours doit commencer par une roulade avant.

#### **Classement**

Le classement se fait en fonction du temps : l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps. S'il y a moins d'équipe dans un groupe d'âge que de couloirs disponibles, le classement pourra se faire directement en fonction de leur ordre d'arrivée.

#### **Assistants**

Pour une organisation efficace, un assistant par groupe est requis. Cette personne doit remplir les tâches suivantes :

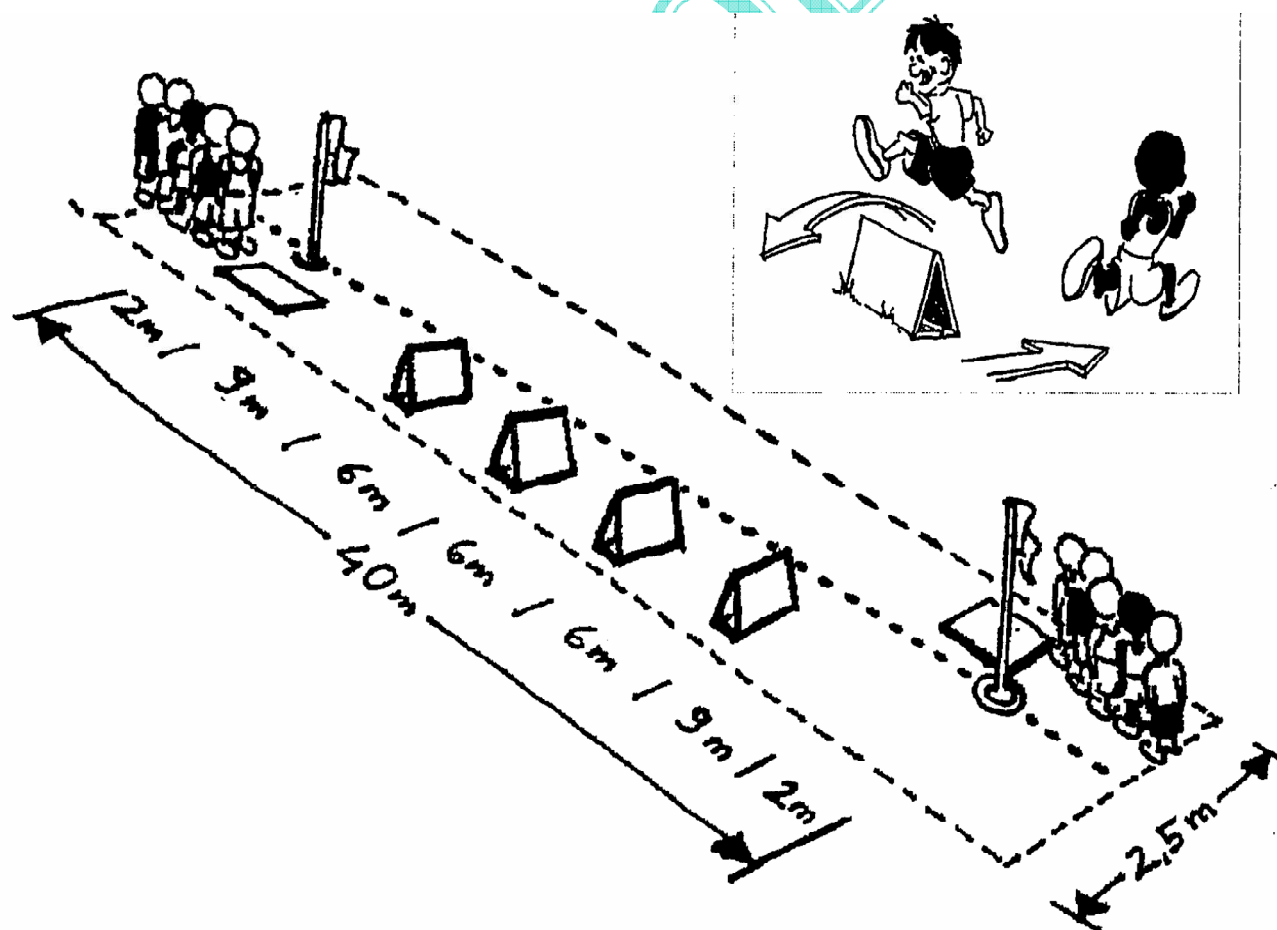
- ✓ Contrôler la régularité de la course
- ✓ Prendre le temps (chronométrer)
- ✓ Enregistrer et reporter les scores sur la fiche de l'épreuve

## Équipement

Pour chaque couloir, l'équipement suivant est requis :

- 1) 2 tapis de sol
- 2) 1 chronomètre
- 3) 1 fiche
- 4) 4 haies (environ 50 cm de haut avec un intervalle de 6m)
- 5) 2 marques / drapeaux
- 6) 1 anneau en plastique (témoin)

Figure1 :





### **3.2 Sprint en slalom**

**Brève description :** courses de relais combinant les courses de sprint et de slalom

**Nom des Kids discipline :** "Zigzag"

**Adapté pour :** groupe d'âge P3

#### **Procédure**

Deux couloirs sont nécessaires pour chaque équipe (voir 3.1), un couloir avec et un sans plots de slalom.

Une moitié de l'équipe est du côté opposé, comme décrit dans la situation 3.1. Le premier participant (N°1) commence par une roulade avant et court 40m sur le plat. A la fin de son parcours, N°1 transmet l'anneau en plastique à un équipier qui l'attend (N°2), qui le prend en tenant sa main à côté d'un drapeau. Ce participant part également en faisant une roulade avant mais parcourt la distance retour en contournant des plots de slalom. La transmission se passe à chaque fois de la même manière qu'entre les deux premiers équipiers. Après une roulade avant, le prochain membre de l'équipe (N°3) court sur le plat, puis transmet au N°4 qui court sur le slalom et ainsi de suite.

La course continue ainsi jusqu'à ce que chaque équipier court sur le plat et sur le slalom (de cette façon l'équipier N°9 est le point d'ancrage sur le slalom). L'anneau en plastique (le témoin) est porté dans la main gauche et est transmis dans la main gauche du receveur à chaque fois. Chaque parcours doit commencer par une roulade avant.

#### **Classement**

Le classement se fait en fonction du temps : l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps. S'il y a moins d'équipe dans un groupe d'âge que de couloirs disponibles, le classement pourra se faire directement en fonction de leur ordre d'arrivée.

#### **Assistants**

Pour une organisation efficace, un assistant par groupe est requis. Cette personne doit remplir les tâches suivantes :

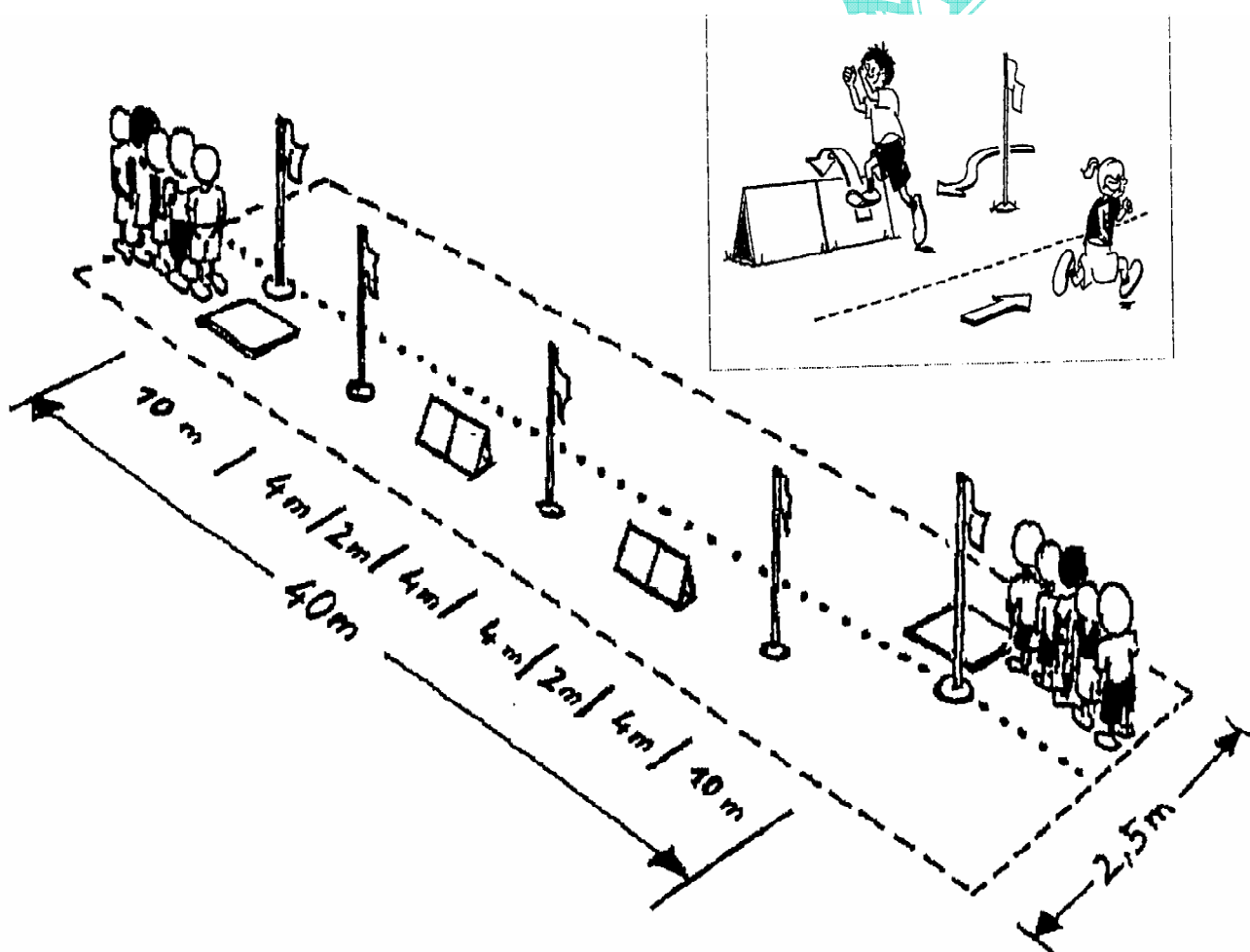
1. Contrôler la régularité de la course
2. Prendre le temps (chronométrer)
3. Enregistrer et reporter les scores sur la fiche de l'épreuve

## Équipement

Pour chaque couloir, l'équipement suivant est requis :

- 1) 2 tapis de sol
- 2) 1 chronomètre
- 3) 1 fiche
- 4) 3 plots (drapeaux) de slalom
- 5) 3 haies (distance plots de slalom-haies = 4m)
- 6) 2 marques / drapeaux
- 7) 1 anneau en plastique (témoin)

**Figure 2 :**





## **Sprint – haies et course en slalom**

**Brève description :** courses de relais combinant les courses de sprint, de haies et de slalom

**Nom des Kids discipline :** "formule 1"

**Adapté pour :** groupes d'âge 1, 2 et 3

### **Procédure**

La course est longue d'environ 80m et est divisée en une zone pour la course de sprint, une pour la course de haies et une pour la course en slalom. On utilise un anneau en plastique comme témoin de relais. Chaque participant doit commencer par une roulade avant sur le

Tapis de sol.

La "Formule 1" est une course d'équipe ou chaque équipier doit réaliser tout le parcours. Six équipes peuvent concourir en même temps.

### **Classement**

Le classement se fait en fonction du temps : l'équipe vainqueur sera celle qui aura réalisé le meilleur temps. Les autres équipes sont classées selon l'ordre des temps. S'il y a moins d'équipe dans un groupe d'âge que de couloirs disponibles, le classement pourra se faire directement en fonction de leur ordre d'arrivée.

### **Assistants**

Pour chacune des deux aires (haies et slalom), au minimum deux assistants sont requis pour installer le matériel correctement. A chaque extrémité du parcours, deux assistants supplémentaires sont nécessaires pour juger les transmissions.

Une personne doit tenir le rôle de starter.

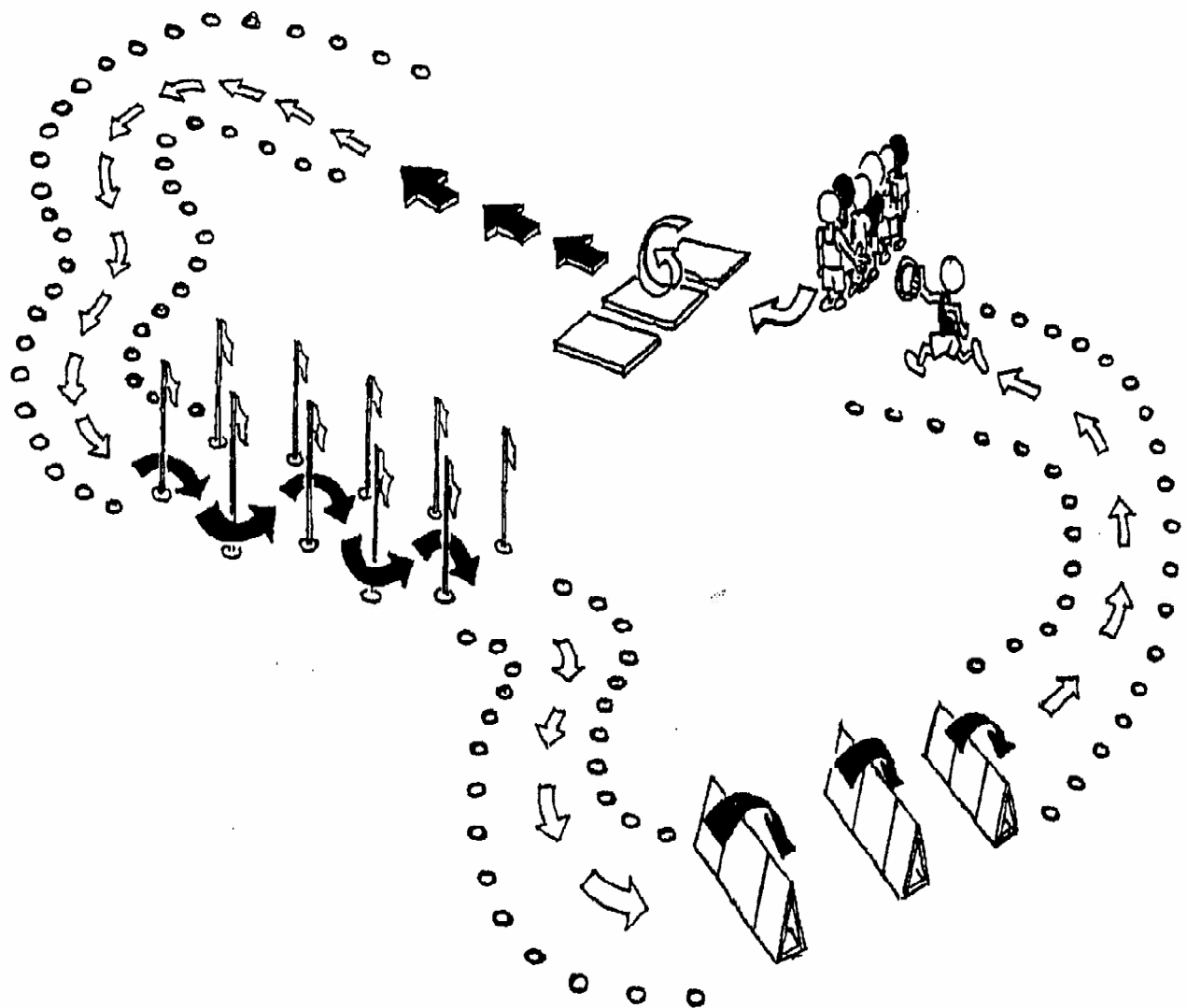
Pour finir, il y a besoin d'autant de personnes pour prendre les temps qu'il y a d'équipes en course. Les chronométreurs doivent également reporter les temps sur la fiche.

### Équipement :

Pour la "Formule 1", l'équipement suivant est requis :

- 1) 12 haies
- 2) 12 plots de slalom (1m de distance entre chaque)
- 3) 4 tapis de sol
- 4) Environ 30 cônes
- 5) 1 chronomètre
- 6) 1 fiche

**Figure 3 :**



## **Course d'endurance**

**Brève description :** course de 8 minutes en utilisant un parcours d'environ 150m

**Nom des Kids discipline :** "Battements de cœur"

**Adapté pour :** groupes d'âge P1, P2 et P3

### **Procédure**

Chaque équipe doit courir sur un parcours de 150m (voir figure) à partir d'un point de départ. Chaque équipier essaie de parcourir le maximum de tours en 8'. Le commandement de départ est donné pour toutes les équipes en même temps. (Par coup de sifflet, de pistolet...) Chaque équipier reçoit une carte ou quelque chose de similaire à chaque fin de tour. Au bout

De 7', la dernière minute est annoncée par un autre coup de sifflet ou de pistolet. Au bout des 8' on indique la fin de la course par un signal final.

### **Classement**

Une fois la course terminée, chaque équipier rend les cartes qu'il a collectées à l'assistant qui les compte. Seuls les tours complets sont comptabilisés, les tours non achevés sont ignorés.

### **Assistants**

Pour une organisation efficace, au moins deux assistants sont requis. Ils doivent indiquer la ligne de départ, distribuer, collecter et compter les cartes. Ils doivent également reporter le score sur la fiche de l'épreuve.

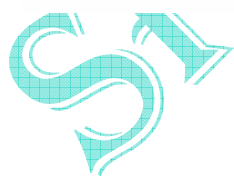
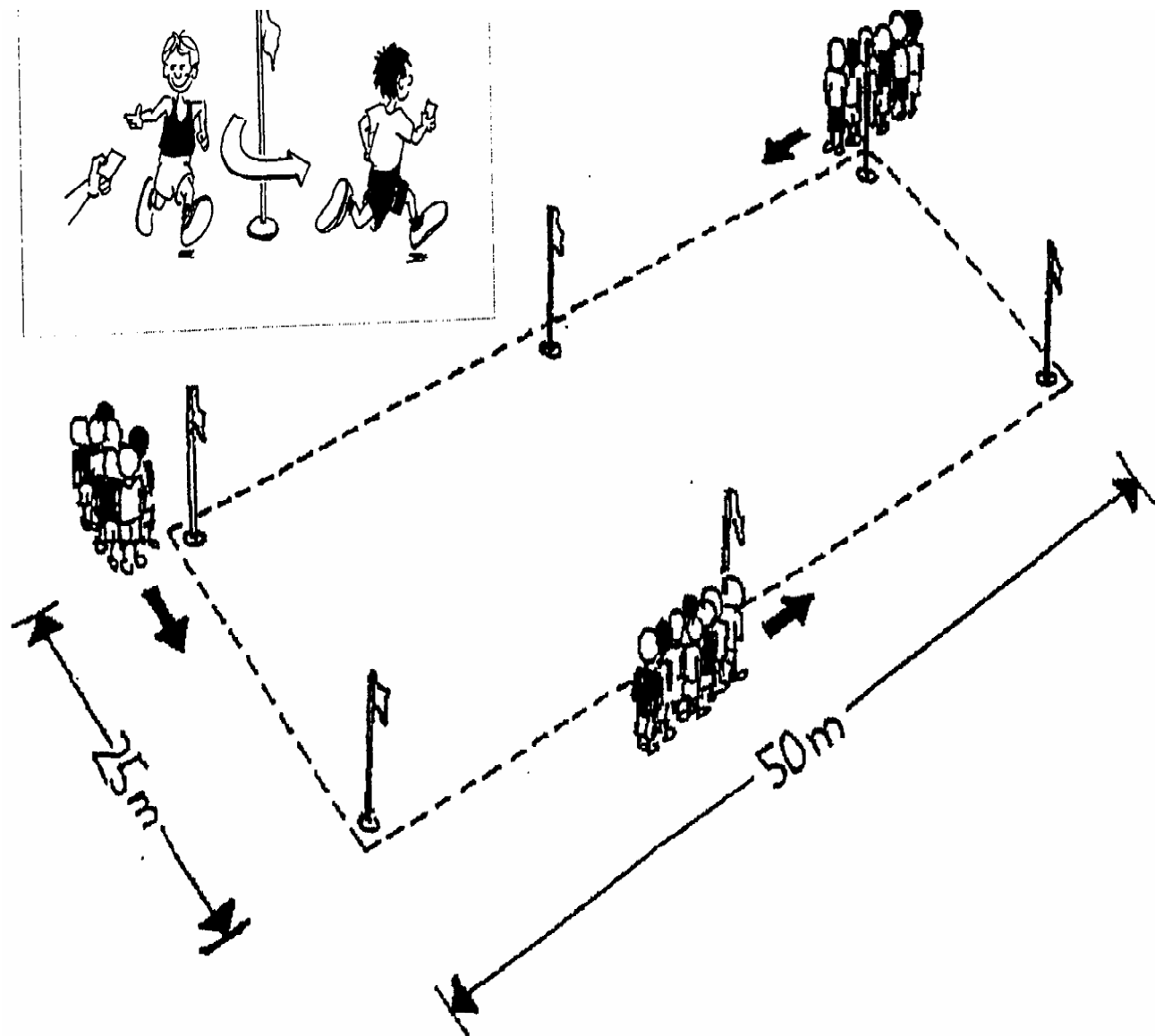
Il faut également un starter. Il est responsable de surveiller le temps et de donner les différents signaux (dernière minute et signal final)

### **Equipement**

Pour chaque équipe, l'équipement suivant est requis :

- 1) 2 marques ou drapeaux de corner
- 2) 20 cartes colorées (tickets, cartes à jouer...)
- 3) 1 chronomètre
- 4) 1 fiche

**Figure 5 :**



## **Saut en longueur avec perche**

**Brève description :** saut en longueur à l'aide d'une perche

**Nom des Kids discipline :** "Envolée"

**Adapté pour :** groupes d'âge 2 et 3

### **Procédure**

A partir d'une course d'élan de 5m, le participant court vers un cerceau / un pneu / un tapis. L'impulsion se fait sur un pied (les sauteurs droitiers doivent tenir la perche avec leur main droite au dessus). "En plantant" la perche, le sauteur se soulève au dessus d'une seconde marque en direction d'un objet cible (pneu ou tapis).

Les objets cibles sont installés comme suit :

- a) Dans l'alignement de la course d'élan
- b) Objet cible 1 (=2 points) est placé à 1m de la marque, objet 2 (=3points), objet 3 (=4points); objet 4 (=5 points) et objet 5 (=6 points) placés les uns à la suite des autres (voir figure)

La réception doit se faire sur deux pieds (pour réduire les risques de blessure). La perche doit être tenue à deux mains (!) jusqu'à la fin de la réception. Pour finir, le changement de l'écart des mains sur la perche est interdit.

### **Classement**

Chaque participant a deux essais. Si l'individu atterrit dans l'objet 1, 2 points sont enregistrés, si la réception se fait dans l'objet 2, 3 points sont donnés et ainsi de suite [objet 3 (=4 points); objet 4 (=5 points) et objet 5 (=6 points)]. Si le bord du pneu / du tapis est touché lors de la réception, le saut est considéré comme réussi. Si à la réception, une jambe est dans le pneu / sur le tapis et que l'autre jambe est en dehors, un point est déduit. Lorsque les deux pieds arrivent tous deux en dehors du pneu / du tapis, le participant obtient un autre essai pour le faire correctement, s'il n'y arrive pas, il n'enregistre aucun score.

### **Assistants**

Un assistant est requis pour cette épreuve et cette personne doit :

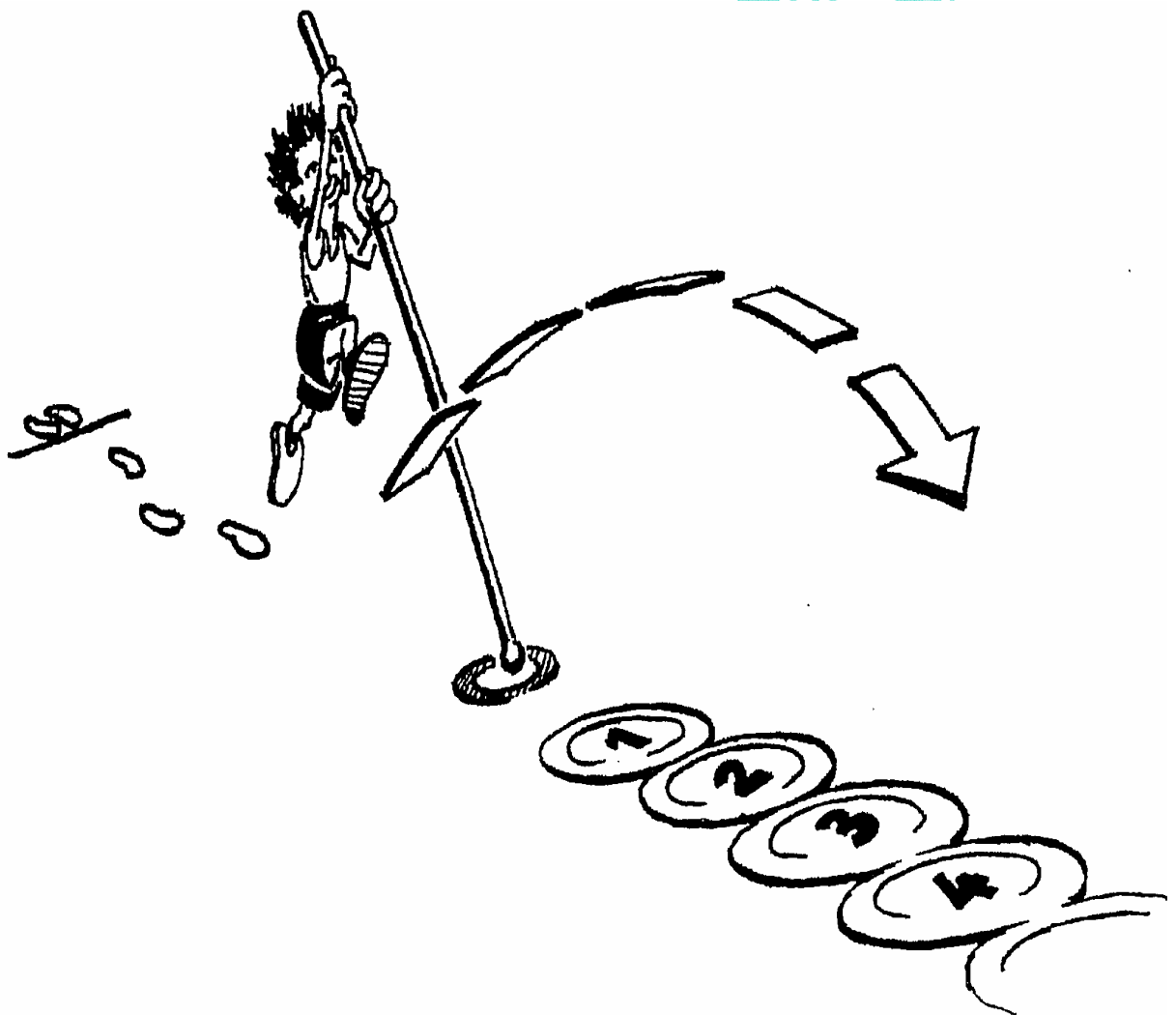
- ✓ ☐ Contrôler la hauteur et la largeur de la prise
- ✓ Contrôler que la réception est correcte
- ✓ Comptabiliser et enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

## Equipement

Pour cette épreuve, l'équipement suivant est requis :

1. une perche courte, pas plus de 2m50 (en fibre de verre, en bambou ou autre matériau similaire), qui soit suffisamment solide pour supporter le poids d'un enfant
2. des objets cible (pneu de bicyclette, tapis de gymnastique, cordes installées en forme de cercle, etc....)
3. un outil de mesure
4. 1 fiche par équipe

Figure 4 :



## **Sauts à la corde**

**Brève description :** sauts à la corde

**Nom des Kids discipline :** "Sauts à la corde"

**Adapté pour :** groupe d'âge P1

### **Procédure**

Le participant se tient debout, pieds parallèles en tenant une corde à deux mains derrière lui. Au commandement, il fait passer la corde au dessus de sa tête puis la fait redescendre devant lui, puis saute par dessus. Le processus cyclique est répété autant de fois que possible en 15secondes. Cette épreuve ne s'adresse qu'aux enfants du groupe 1. Les enfants doivent sauter sur leurs deux pieds. Chaque enfant a deux essais.

### **Classement**

Chaque membre de l'équipe participe. Chaque contact de la corde avec le sol est comptabilisé. Dans le groupe d'âge P1, le meilleur résultat de chaque équipier est comptabilisé pour faire le total de l'équipe.

### **Assistants**

Pour la bonne organisation de cette épreuve, un assistant est requis. Il/elle a les choses suivantes à faire :

- 1- Donner le départ de l'épreuve
- 2- Contrôler les sauts et vérifier qu'ils sont faits correctement
- 3- Prendre le temps
- 4- Compter et additionner les scores sur la fiche de l'épreuve

### **Equipement**

Pour chaque équipe, l'équipement suivant est requis :

- 1) 1 corde à sauter
- 2) 1 chronomètre
- 3) 1 fiche

Figure 6:





## **Sauts de grenouille**

**Brève description :** Sauts pieds joints vers l'avant à partir d'une position en squat

**Nom des Kids discipline :** "Sauts de grenouille"

**Adapté pour :** groupes d'âge P1 et P2

### **Procédure**

A partir d'une ligne de départ, les participants enchaînent des "sauts de grenouille" les uns après les autres ("saut de grenouille" : saut vers l'avant, pieds joints, départ position de squat). Le premier équipier se place avec le bout des chaussures derrière la ligne de départ.

Il/elle descend en position de squat puis saute vers l'avant aussi loin que possible, en atterrissant sur les deux pieds. L'assistant marque le point de réception le plus proche de la ligne de départ (talons). Si l'équipier tombe en arrière de son point de réception, sur les mains par exemple, celle-ci serviront de point de réception. Le point de réception devient la ligne de départ pour le second équipier, qui exécute son "saut de grenouille à partir de ce point. Le troisième équipier part du point de réception du second et ainsi de suite. L'épreuve est terminée lorsque le dernier équipier a sauté et que son point de réception a été marqué.

La procédure entière est répétée une seconde fois (second essai)

### **Classement**

Chaque membre de l'équipe participe. La distance totale couverte par tous les sauteurs est le résultat de l'équipe. L'équipe marque la meilleure performance des deux essais. La mesure se fait au centimètre près.

### **Assistants**

Un assistant par équipe est requis pour cette épreuve et cette personne doit :

- Contrôler et réglementer la procédure (ligne de départ, réception)
- Mesurer la distance totale de chaque essai
- Enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

## Équipement

Pour chaque équipe, l'équipement suivant est requis :

- 1) 1 engin de mesure
- 2) du matériel de marquage
- 3) 1 fiche

**Figure 7 :**



## **Sauts en croix**

**Brève description :** Sauts pieds joints avec changement de direction

**Nom des Kids discipline :** "Sauts en croix"

**Adapté pour :** groupes d'âge P1/P 2/P 3

### **Procédure**

A partir du centre d'une croix, le participant saute vers l'avant, vers l'arrière et sur les deux côtés. Spécifiquement, le point de départ est au centre, puis saut vers l'avant, puis en arrière pour revenir au centre, puis vers la droite, puis retour au centre, puis à gauche et retour au centre, puis vers l'arrière et retour au centre.

### **Classement**

Chaque équipier a 15 secondes à chaque essai durant lesquelles il essaie de réaliser autant de bonds que possible. Dans chaque carré (devant, centre, deux côtés, derrière) chaque bond rapporte un point de manière à ce que pour chaque tour un maximum de huit points puissent être marqué. Le meilleur des deux essais est enregistré.

### **Assistants**

Un assistant par équipe est requis pour cette épreuve et cette personne doit :

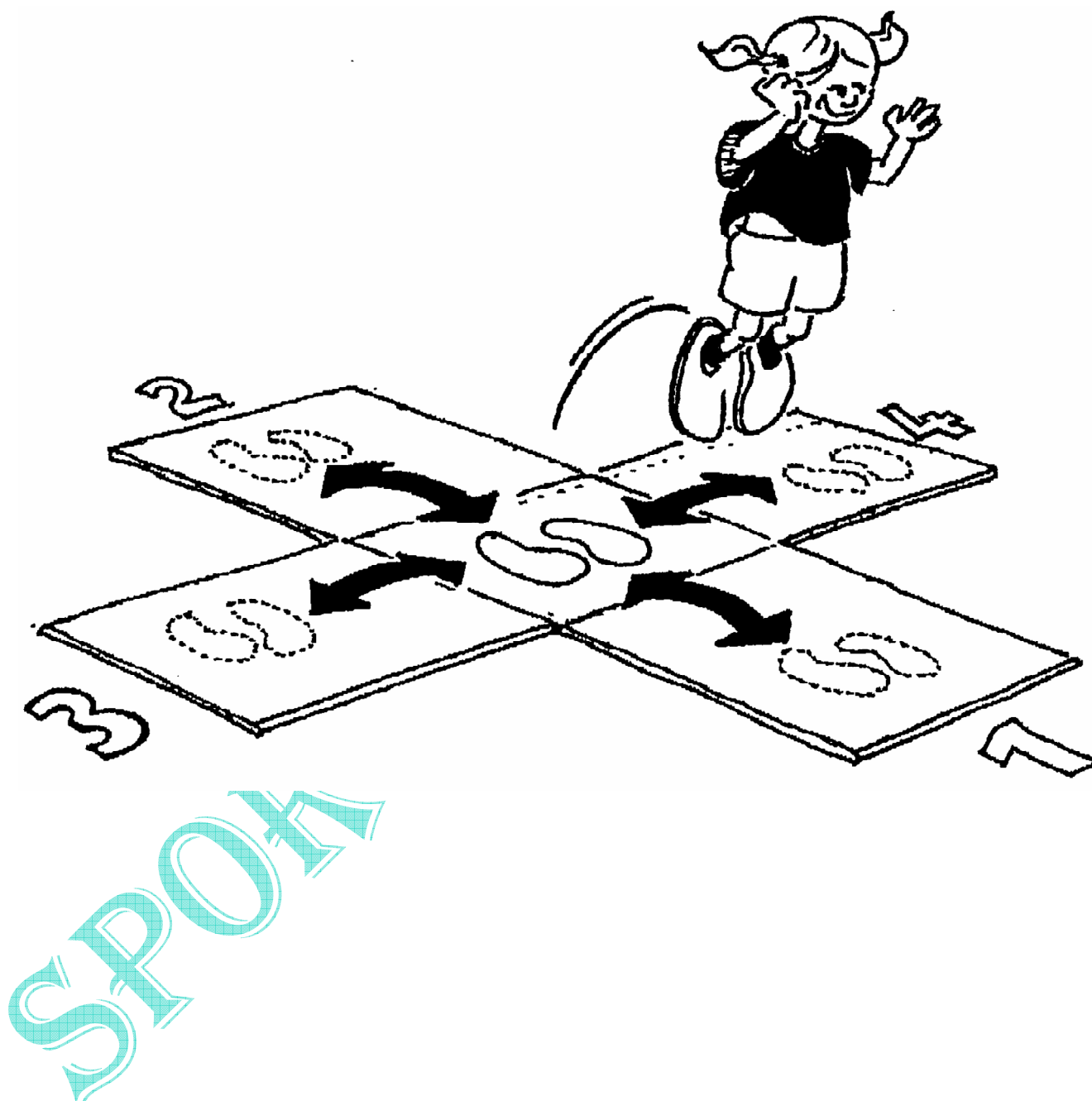
- Donner le commandement de départ
- Contrôler et réglementer la procédure
- Prendre le temps et compter le nombre de bond
- Enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

### **Equipement**

Pour chaque équipe, l'équipement suivant est requis :

- 1) 1 croix de saut (sur un tapis ou autre chose de similaire)
- 2) 1 chronomètre
- 3) 1 fiche

Figure 8 :



## **Course sur échelle de vitesse**

**Brève description :** course en aller retour sur une échelle de vitesse

**Nom des Kids discipline :** "Pieds chauds"

**Adapté pour :** groupe d'âge P3

### **Procédure**

Deux cônes (un au départ, l'autre à l'arrivée du parcours) sur un intervalle de 9m50. Une échelle de coordination est placée sur le sol à égale distance entre les deux cônes (2m50 entre l'échelle et le cône de chaque côté). Au départ le participant se tient en debout, pieds décalés (départ debout) avec le bout de sa chaussure sur la ligne de départ qui se trouve au niveau du premier cône. Au commandement de départ, le participant court entre les barreaux de l'échelle, (distance entre les barreaux : 50 cm) aussi rapidement que possible puis court jusqu'au second cône. Lorsqu'il a touché le cône avec la main, le participant fait demi-tour rapidement puis retourne jusqu'au premier cône en courant sur l'échelle. Lorsqu'il touche le cône le chronométreur stoppe le chronomètre.

Si un participant pose un pied en dehors de l'échelle ou manque l'un des intervalles de l'échelle, l'assistant déplace le cône vers lequel l'enfant court d'un mètre (un assistant est posté à chaque cône). De cette manière, le participant est pénalisé en devant courir sur une plus longue distance s'il ne réalise pas l'exercice correctement. S'il fait deux erreurs, la distance est augmentée de deux mètres et ainsi de suite.

### **Classement**

Le meilleur temps des deux essais est comptabilisé.

### **Assistants**

Pour une bonne organisation de cette épreuve, deux assistants sont requis. Ils doivent faire les choses suivantes :

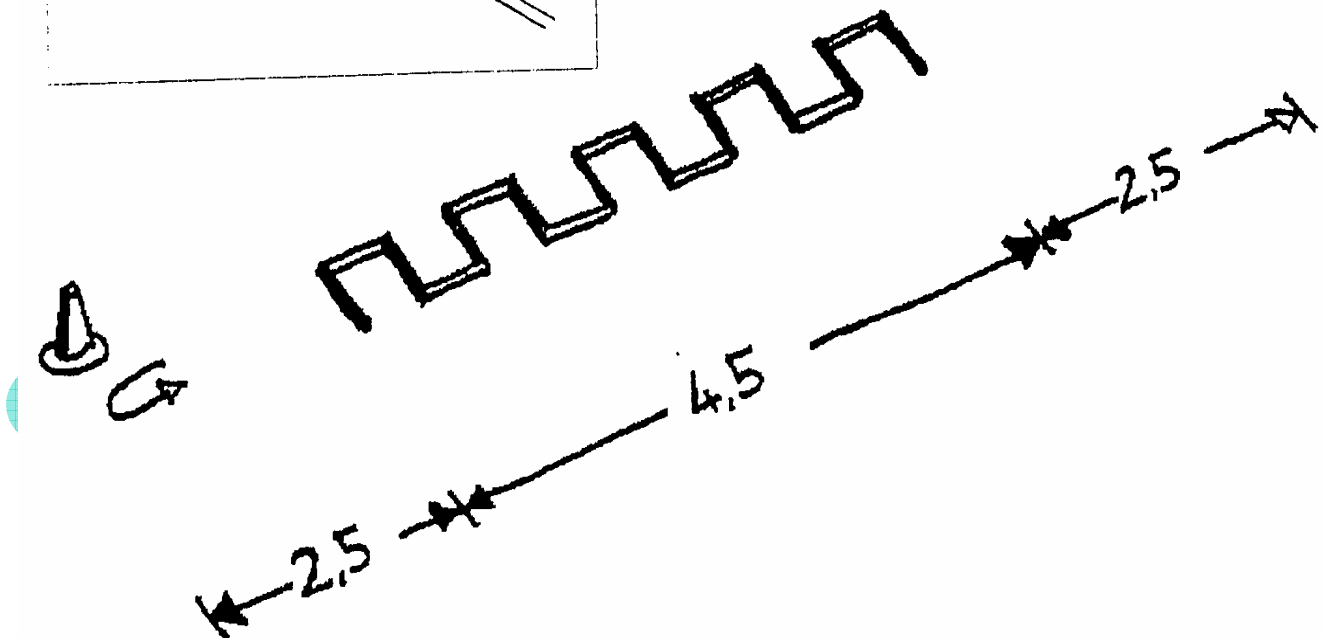
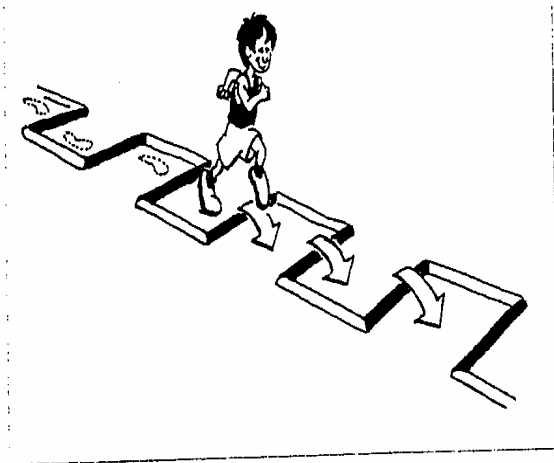
- Donner le départ de l'épreuve
- Contrôler et réglementer l'épreuve
- Prendre le temps
- Enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

## Équipement

Pour cette épreuve, l'équipement suivant est requis :

- 1) 1 échelle de coordination (échelle de vitesse)
- 2) 10 lattes en mousse ou en carton (50cm de large max, 10cm De haut /de profondeur)
- 3) 2 cônes de marquage
- 4) 1 chronomètre
- 5) 1 fiche

**Figure 9 :**



## **Lancer sur cible**

**Brève description :** Lancers d'un bras sur cible

**Nom des Kids discipline :** "lâchés de bombe !"

**Adapté pour :** groupes d'âge P1 et P2

### **Procédure**

Le lancer sur cible se fait à partir d'une zone de 5m. On installe une barrière de 2m50 de haut, avec la zone cible fixée à 2m50 au dessus du sol derrière la barrière. Le participant lance l'engin de lancer choisi vers la cible, au dessus de la barrière à une distance choisie de celle-ci. A chaque essai, le participant doit choisir une ligne à partir de laquelle il va lancer : 5m, 6m, 7m, ou 8m de la barrière haute, le nombre de points augmentant au fur et à mesure que la distance entre le lanceur et la barrière augmente.

### **Classement**

Toucher la zone cible ou au moins ses bords, est considéré comme un essai réussi. Les points sont comptabilisés pour chaque essai réussi (lancer de 5m = 2 points, 6m = 3 points, 7m = 4 points, 8m = 5 points). Si l'engin passe au dessus de la barrière mais manque la cible, on comptabilise un point. Chaque participant a droit à trois essais, la somme des scores enregistrés sont comptabilisés et ajoutés au total de l'équipe.

### **Assistants**

Un assistant est requis pour cette épreuve et cette personne doit :

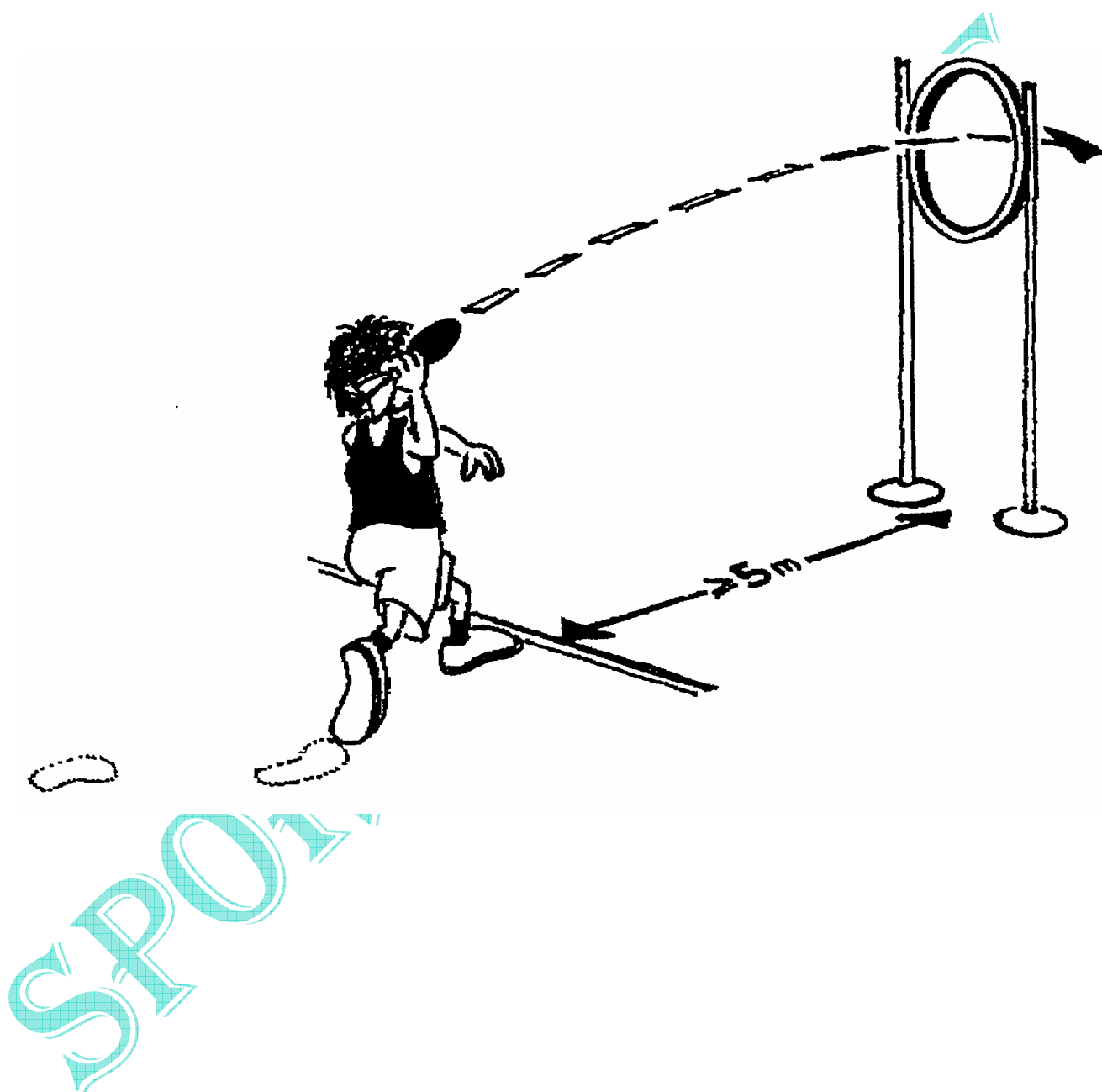
- Contrôler la régularité de la procédure de l'épreuve (lancer d'une certaine distance et atteindre la cible)
- Compter et enregistrer les scores sur la fiche de l'épreuve

### **Equipement**

Pour cette épreuve, l'équipement suivant est requis :

- 1 zone cible (poteaux de hauteur ou de perche ou quelque chose de taille similaire)
- 1 barrière d'environ 2m50 (buts de foot, poteaux de perche avec barre)
- Engin de lancer (balle lestée, vortex, javelot en mousse, ou tout autre engin)
- 1 fiche par équipe

Figure 10:





## **Lancer de javelot d'initiation**

**Brève description :** lancer de distance, d'un bras avec un javelot d'initiation

**Nom des Kids discipline :** "Turbo lancer"

**Adapté pour :** groupes d'âge P1, P 2 et P3

### **Procédure**

Le javelot d'initiation est lancé au dessus d'une zone de 5m au moins. Après une courte course d'élan, le participant lance le javelot dans la zone de lancer à partir d'une ligne. (Les groupes d'âge 1 et 2 lancent des javelots en mousse, alors que le groupe d'âge 3 lance des Turbo-Javelot). Chaque participant dispose de deux essais.

**Note de sécurité :** Comme la sécurité est un élément critique lors de l'épreuve de lancer de Javelot d'initiation, seuls les assistants sont autorisés à être dans la zone de lancer. Il est strictement interdit de lancer le javelot en arrière de la ligne.

### **Classement**

Chaque lancer est mesuré à 90° (angle droit) de la ligne de lancer et tous les 25cm (prendre la marque haute lorsque le javelot tombe entre deux marques). Le meilleur des deux lancers de chaque équipier est additionné au total de l'équipe.

### **Assistants**

Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent :

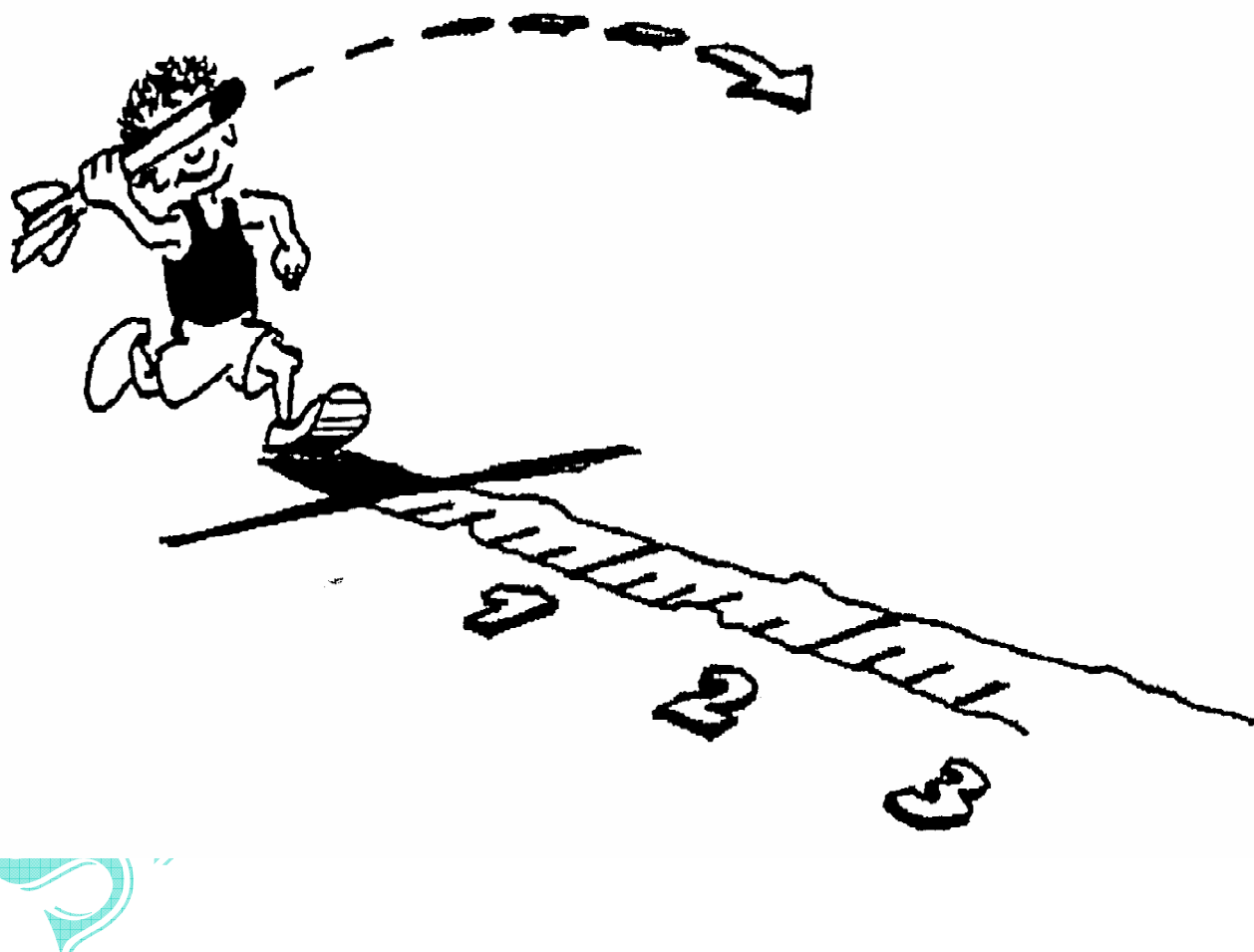
- Contrôler et réglementer la procédure
- Mesurer la distance parcourue par le javelot (mesurer à 90° de la ligne de lancer)
- Ramener le javelot à la ligne de lancer
- Noter les scores sur la fiche de l'épreuve

## Equipement

Pour cette épreuve, l'équipement suivant est requis :

- ✓ Deux javelots d'initiation (javelot mousse ou Turbo-javelot)
- ✓ Un ruban calibré ou un décamètre.
- ✓ 1 fiche par équipe

**Figure 11 :**



## **Lancer à genoux**

**Brève description :** lancer de distance, des deux bras, lancer un médecine Ball à partir de la position à genoux

**Nom des Kids discipline :** "Touche de foot"

**Adapté pour :** groupe d'âge P1

### **Procédure**

Le participant s'agenouille sur un tapis (ou sur tout autre surface souple) face à un objet élevé et souple (par exemple un tapis de chute ou un tapis mousse). Le participant se penche ensuite vers l'arrière (pré-tension du corps) et lance le médecine Ball (1 kg) vers l'avant aussi loin que possible en le tenant à deux mains au dessus de sa tête, tout en restant à genoux (un peu comme l'action de touche de football). Après le lancer, le participant se laisse tomber vers l'avant sur le tapis souple et légèrement surélevé qui est devant lui.

**Consigne de sécurité** : Le médecine Ball ne doit jamais être relancé vers les participants. Il est recommandé de le ramener ou de le faire rouler jusqu'au prochain lanceur.

### **Classement**

Chaque participant dispose de deux essais. La mesure est prise tous les 25cm (prendre la marque haute lorsque le javelot tombe entre deux marques) et à 90° (angle droit) par rapport à la ligne de lancer. Le meilleur des deux lancers de chaque équipier est inclus au total de l'équipe.

### **Assistants**

Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent :

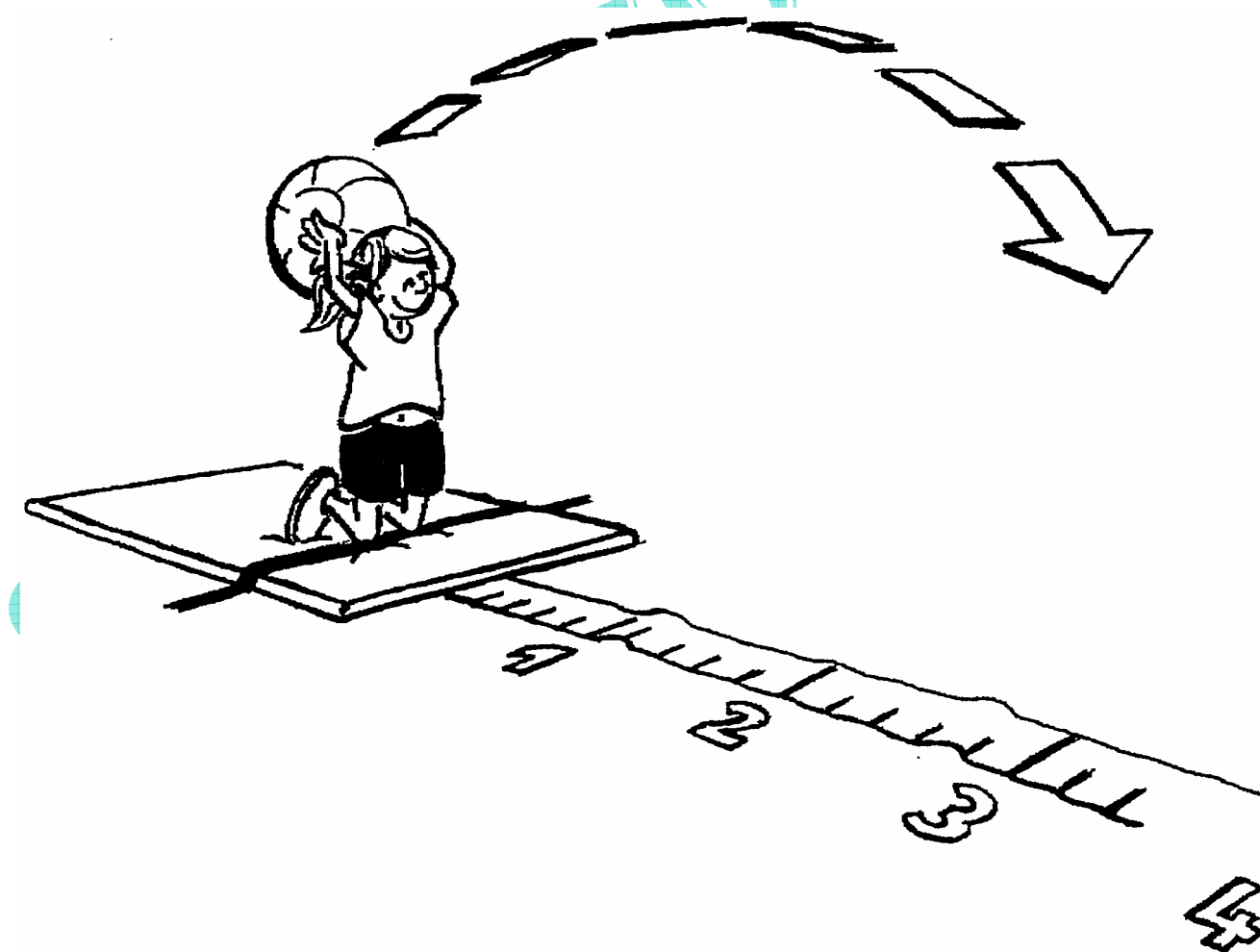
- Contrôler et réglementer la procédure
  - Mesurer la distance parcourue par le médecin Ball (mesurer à 90° de la ligne)
  - Ramener ou faire rouler le médecine Ball vers la ligne de lancer
- Noter les scores sur la fiche de l'épreuve

### Équipement

Pour cette épreuve, l'équipement suivant est requis :

1. deux médecines Ball (1 kg)
2. Un ruban calibré ou un décamètre.
3. 1 ficheµ

**Figure 12 :**



## **Lancer arrière**

**Brève description :** lancer de distance arrière, par dessus la tête avec un médecine Ball

**Nom des Kids discipline :** "lancer de boulet"

**Adapté pour :** groupe d'âge 3

### **Procédure**

Les participants se tiennent jambes parallèles, talons sur la ligne, de dos par rapport à la direction du lancer. Le médecine Ball (1 kg) est tenu à bout de bras et à deux mains. Le participant descend en position de squat (pour mettre les muscles en tension), il détend rapidement les jambes puis les bras afin de lancer le médecine Ball vers l'arrière, par dessus la tête aussi loin que possible dans la zone de lancer. Après le lancer, le participant doit enjambrer la ligne (c'est à dire reculer). Chaque participant dispose de deux essais.

### **Classement**

Chaque lancer est mesuré à 90° (angle droit) de la ligne de lancer et tous les 25cm (prendre la marque haute lorsque le javelot tombe entre deux marques). Le meilleur des deux lancers de chaque équipier est additionné au total de l'équipe.

### **Assistants**

Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent :

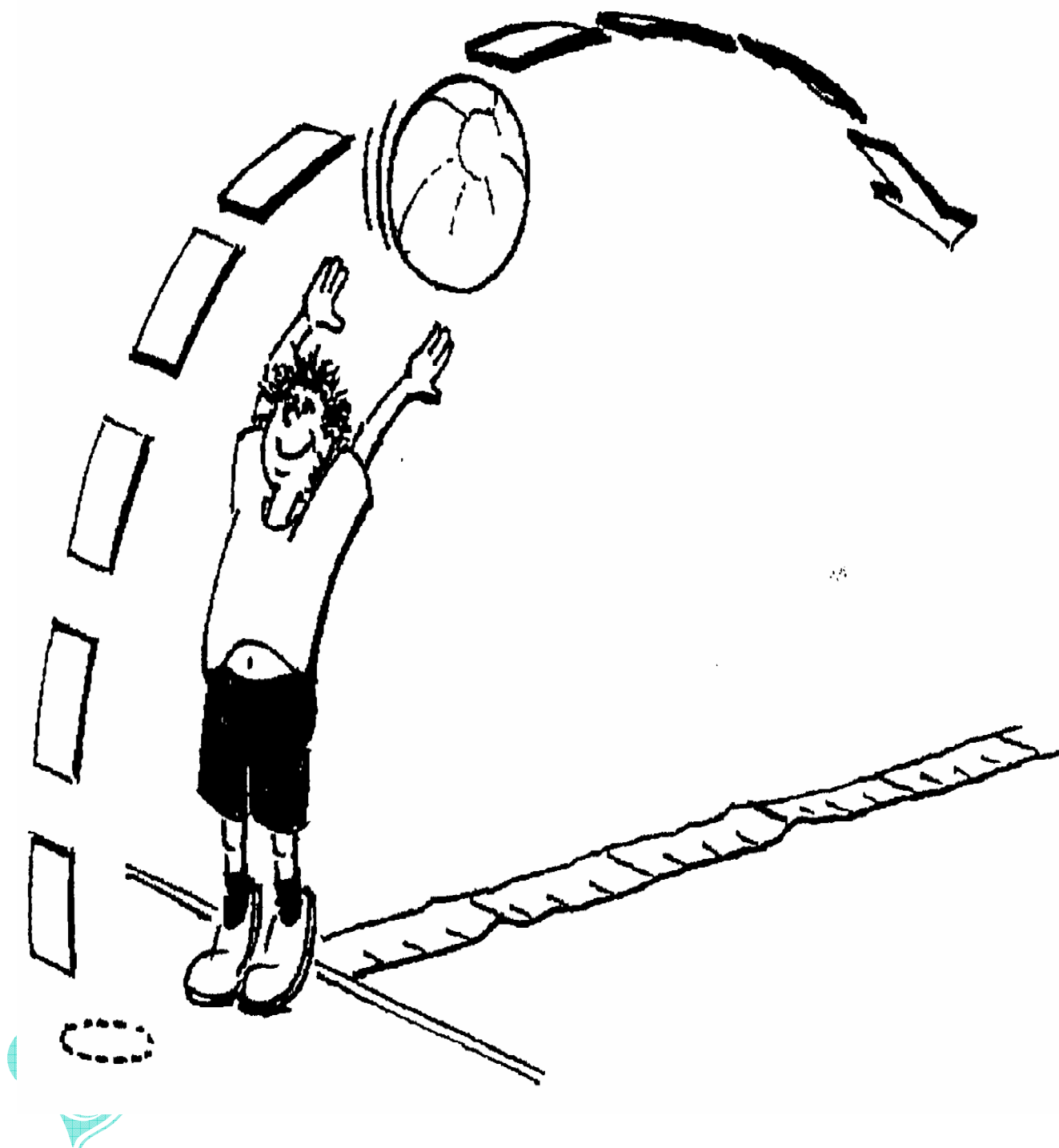
- Contrôler et réglementer la procédure
- Mesurer la distance parcourue par le médecine Ball (mesurer à 90° de la ligne de lancer)
- Ramener ou faire rouler le médecine Ball vers la ligne de lancer
- Noter les scores sur la fiche de l'épreuve

### **Equipement**

Pour cette épreuve, l'équipement suivant est requis :

- 1) deux médecine Ball (1 kg)
- 2) Un ruban calibré ou un décamètre.
- 3) 1 fiche par équipe

**Figure13:**



## **Lancer en rotation**

**Brève description :** lancer sur des cibles de difficulté variée en utilisant la rotation

**Nom des Kids discipline :** "Tornade"

**Adapté pour :** groupes d'âge P2 et P3

## **Procédure**

L'aire entière, délimitée par deux poteaux (ou entre deux buts de foot) est divisée en trois zones de taille égale par un ruban: la zone de gauche, la zone centrale et la zone de droite. A partir d'une position debout latérale à 5m du centre la zone, la participant lance une balle (ou un objet similaire), avec le bras totalement tendu vers le poteau ou le but de foot (d'une manière qui ressemble au lancer du disque ou au mouvement de rotation d'une raquette de tennis). Chaque participant dispose de deux essais pour essayer de lancer l'objet dans zone qui est du côté de son bras lanceur (par exemple un gaucher tente de lancer l'objet dans la zone de gauche).

## **Classement**

Si les droitiers lancent l'objet dans la zone de droite, ils marquent trois points. Ils marquent deux points s'ils lancent dans la zone centrale et un point pour la zone de gauche. Si l'objet touche l'une des limites de zone, le score maximal est marqué. Pour les gauchers, les points sont marqués dans le sens inverse.

Si un lanceur manque l'aire de lancer (sur le côté, au delà, avant) ou mord la ligne de lancer, on lui redonne un essai pour tenter de marquer des points.

Le meilleur des deux essais de chaque équipier est additionné au total de l'équipe.

## **Assistants**

Cette épreuve nécessite deux assistants par équipe. Ils doivent :

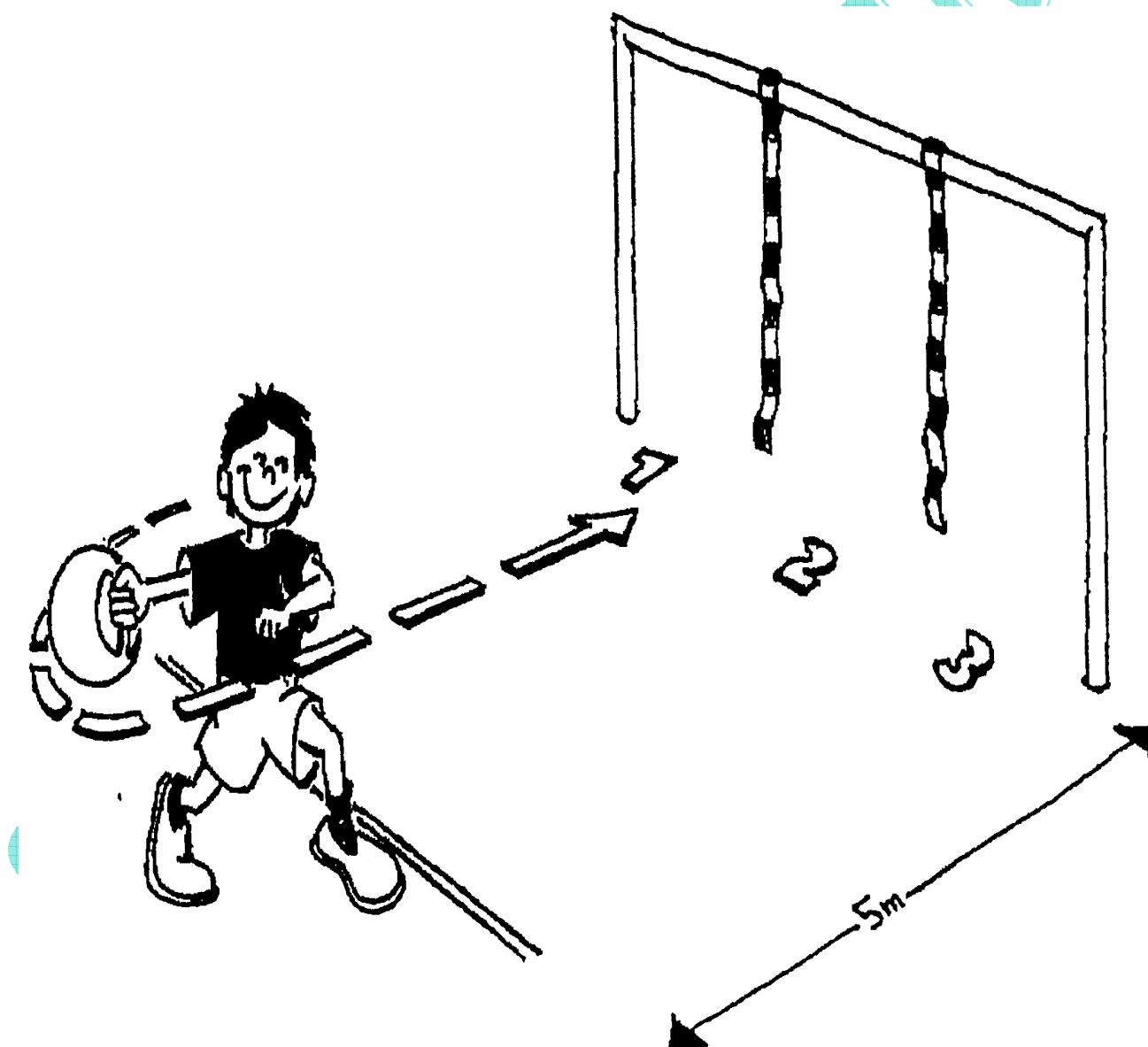
- Contrôler et réglementer la procédure
- Ramener l'engin vers la ligne de lancer
- Noter les scores sur la fiche de l'épreuve

## Équipement

Pour cette épreuve, l'équipement suivant est requis :

- 1) deux balles de lancer (ou KIDS-disques)
- 2) deux poteaux ou un but de foot
- 3) un ruban
- 4) 1 fiche par équipe

**Figure 14 :**





# **Classement de l'épreuve**

## **Système de classement**

L'un des principes fondamentaux de l'ATHLETISME pour les élèves à l'école primaire est qu'il ne doit jamais nécessiter ni d'un grand nombre d'officiels, ni de grandes connaissances techniques. L'intégralité du processus est simplifiée par le fait que seule une équipe participe dans chaque discipline. Pour les épreuves de course, les temps ne sont pris que si le nombre d'équipe dépasse le nombre de couloirs disponibles (sinon, seul le classement est fait). Dans les épreuves de sauts et de lancers, le résultat de l'équipe est la somme des résultats de chaque équipier.

Le classement et l'enregistrement des résultats doivent être simples à comprendre, simple à calculer et annoncés dans un délai le plus court possible. Un système de classement détaillé et compliqué, dans lesquels les résultats sont convertis en points comme on le fait dans le décathlon n'est pas adapté.

Le système de classement de l'ATHLETISME est tellement simple que les résultats peuvent être donnés sitôt qu'une des disciplines est terminée. L'autre point positif du classement par équipe est que le résultat final est totalement indépendant de la performance absolue de chaque participant.

Pour résumer, ce système de classement simple, mais également élégant, est basé sur les principes suivants :

- Indépendamment du résultat de chaque équipier (ou de sa performance absolue), les résultats de chaque discipline sont comparés pour déterminer la place de l'équipe en fonction de leur total uniquement. La place de l'équipe est déterminée en additionnant les résultats de chaque équipier, en prenant les temps dans certaines épreuves ou en mesurant les distances et/ou en classant les individus dans les autres épreuves.
- Le total des meilleures performances de chaque équipier dans les épreuves de sauts et de lancers est le résultat de l'équipe.
- Le score maximum dépend du nombre d'équipes présentes dans chaque groupe d'âge. Par exemple, avec 12 équipes le meilleur marque 12 points, le second 11 points, le troisième 10 points et ainsi de suite jusqu'à la dernière équipe qui marque 1 point.

- Immédiatement après la fin d'une des disciplines, le résultat est transmis puis reporté sur le tableau d'affichage.
- Lorsque deux (ou plus) équipes ont le même score, elles marquent toutes le score qui correspond à leur place. Le score ne tient pas compte du nombre d'équipe à égalité. Par exemple, s'il y a dix équipes participantes et que trois d'entre elles ont marqué le même score pour la troisième place, toutes les trois marquent 8 points. Les scores pour la 4ème et la 5ème place (respectivement 7 et 6 points) ne sont pas donnés. L'équipe suivante est enregistrée à la 6ème place et marque 5 points et ainsi de suite.
- Le vainqueur de l'épreuve est l'équipe qui atteint le meilleur score à la fin de toutes les disciplines.

### **Classement des épreuves de course**

Dans les épreuves de course, les temps sont pris manuellement et reportés sur la fiche correspondante à l'épreuve (voir "fiche épreuve"). Dans le cas où il y aurait moins d'équipes dans un groupe d'âge que de couloirs disponibles, la prise de temps n'est pas nécessaire. Dans ce cas on fait seulement le classement des équipes dans leur ordre d'arrivée (1er, 2nd, 3ème, etc....). Le résultat est enregistré et le classement est fait.

### **Classement des concours**

Pour les épreuves de sauts et de lancers, chaque équipier doit participer à toutes les disciplines, en réalisant le nombre d'essais donnés. La somme des meilleures performances de chaque équipier est le résultat de l'équipe dans ce groupe d'épreuves. L'enregistrement et le classement des résultats est fait sur la fiche de l'épreuve.

## **Prise de mesure dans les concours**

Généralement dans les épreuves de sauts et de lancers les performances sont mesurées avec précision avec un outil de mesure à chaque essai. Toutefois, cette procédure de prise de mesure (lecture sur un outil de mesure) ne doit pas être utilisée pour les groupes d'âge 1 et 2. Afin d'accélérer le déroulement des épreuves de lancer de KIDS javelot, de lancer à genoux et de lancer arrière, la mesure se fait avec un ruban Pré-calibré avec des marques placées tous les 25 cm. La distance est toujours mesurée à 90° (angle droit) de la ligne de lancer au point où l'objet (javelot, balle, etc....) est tombé. Lorsqu'un objet tombe entre deux marques de mesure, la marque la plus haute est accréditée au lanceur.

## **Classement final**

On utilise un tableau d'affichage afin d'avoir une vue d'ensemble rapide sur tous les résultats.


Pour le tableau d'affichage, il faut prévoir des rouleaux de papier, un tableau blanc, un tableau noir ou tout autre matériau de ce genre. Sur celui-ci, les équipes et les disciplines sont mises sous forme de tableau.

Immédiatement après la fin d'une des disciplines, les fiches d'épreuve sont calculées par l'assistant de l'épreuve et transmises à l'assistant chargé du tableau d'affichage pour qu'il en fasse le traitement par la suite. Dès que la totalité des équipes est passée par une discipline et que leur résultat respectif est enregistré sur le tableau d'affichage, le classement des équipes dans cette discipline est réalisé. Les scores sont alors écrits – de manière large et lisible avec un marqueur gras – dans la colonne appropriée à l'épreuve et dans les lignes qui correspondent à chaque équipe.

Lorsque la compétition est entièrement terminée, seuls les scores de classement de chaque équipe sont additionnés de manière horizontale, indiquant ainsi le classement général de l'équipe. Le vainqueur est l'équipe qui a obtenu le score le plus important.

Une seule personne est nécessaire à la tenue du tableau d'affichage. Ce tableau ainsi que le calcul des scores visible par tous est un processus d'évaluation qui est lisible et transparent pour tous les participants ainsi que pour leurs dirigeants. Ces personnes peuvent suivre l'évolution des équipes en consultant les classements intermédiaires sur le tableau.

## Tableau d'affichage

		H a i e s	S l a l o m	F o r m u l e 1	E n d u r a n c e	P e r c h e	C o r d e	C r o i x	G r e n o u i l e	E c h e l e	C i b l e	J a v e l o t	G e n o u x	A r r i è r e	R o t a t i o n	P o i n t s	P l a c e	
Rouge	Résultat																	
	Points																	
Jaune	Résultat																	
	Points																	
Vert	Résultat																	
	Points																	
Bleu	Résultat																	
	Points																	
Orange	Résultat																	
	Points																	
Jaune fluo	Résultat																	
	Points																	
Vert fluo	Résultat																	
	Points																	
Orange fluo	Résultat																	
	Points																	
	Resultat																	
	Points																	

Source : IAAF

# **Règles de compétition en Gymnastique**



>

## **Catégorie d'âge:**

Sont autorisés à participer, les filles et garçons âgés de 09 à 11, est éventuellement les 12 ans.

## **Quotas :**

- Chaque wilaya sera représentée par douze (12) élèves, six(06) filles et six(06) garçons
- Le quota de la wilaya organisatrice est de douze (12) filles et douze (12) garçons

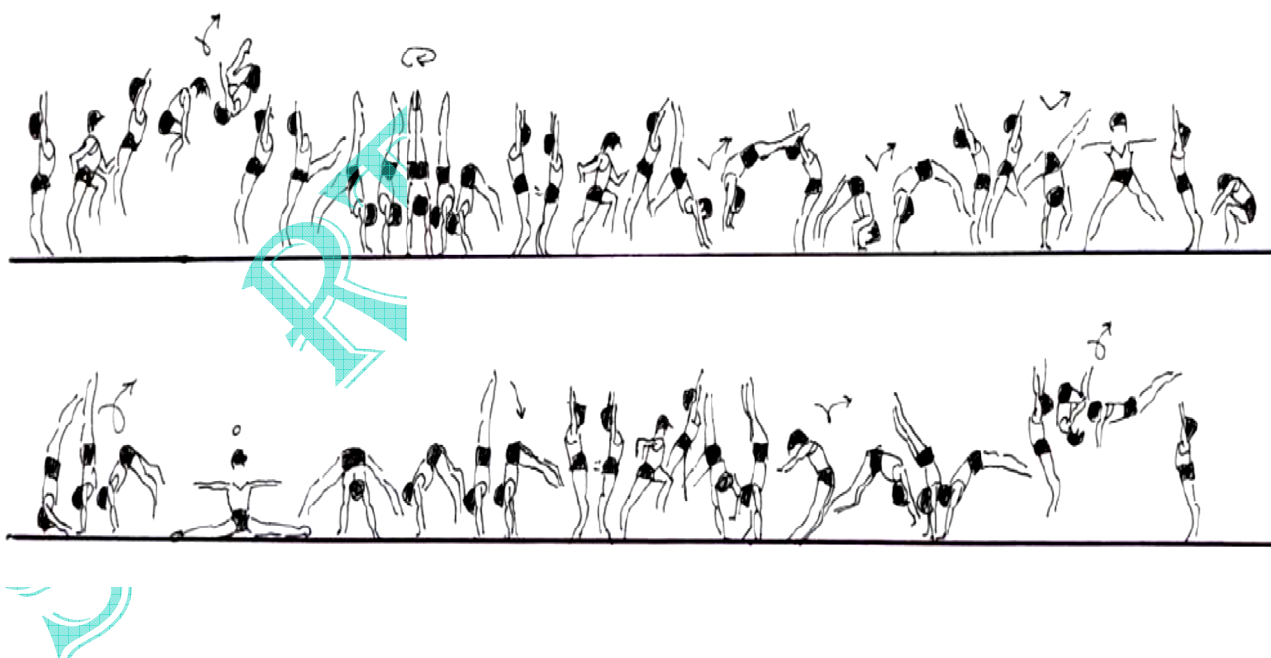
## **Epreuves retenues :** **sol (garçons)**

### **Impose 1 :**

<b>Elément</b>	<b>Valeur</b>
Saut carpié	0.5 pt
Roulade AV simple	0.5pt
Roulade AR jambes écartées	1 pt
Planche faciale	0.5 pt
Poirier ou ATR	1 pt
Rondade	1 pt
Déplacement chorégraphique libre	0.5 pt

## Imposé 2 :

Elément	Valeur
SALTO AVANT	1, 00 PT
ATR VALSE	0,20 PT
SAUT DE MAINS	0,50 PT
SAUT DE TETE	0,50 PT
ROUE	0,30PT
ROULADE ARRIERE ATR	0,30PT
GRAND ECART.	0,20 PT.
ATR FORCE.	0,50 PT.
RONDADE FLIP.	0,50 PT.
SALTO ARRIERE GROUPE.	1,00 PT.





## *Sol (filles):*

### **Impose 1 :**

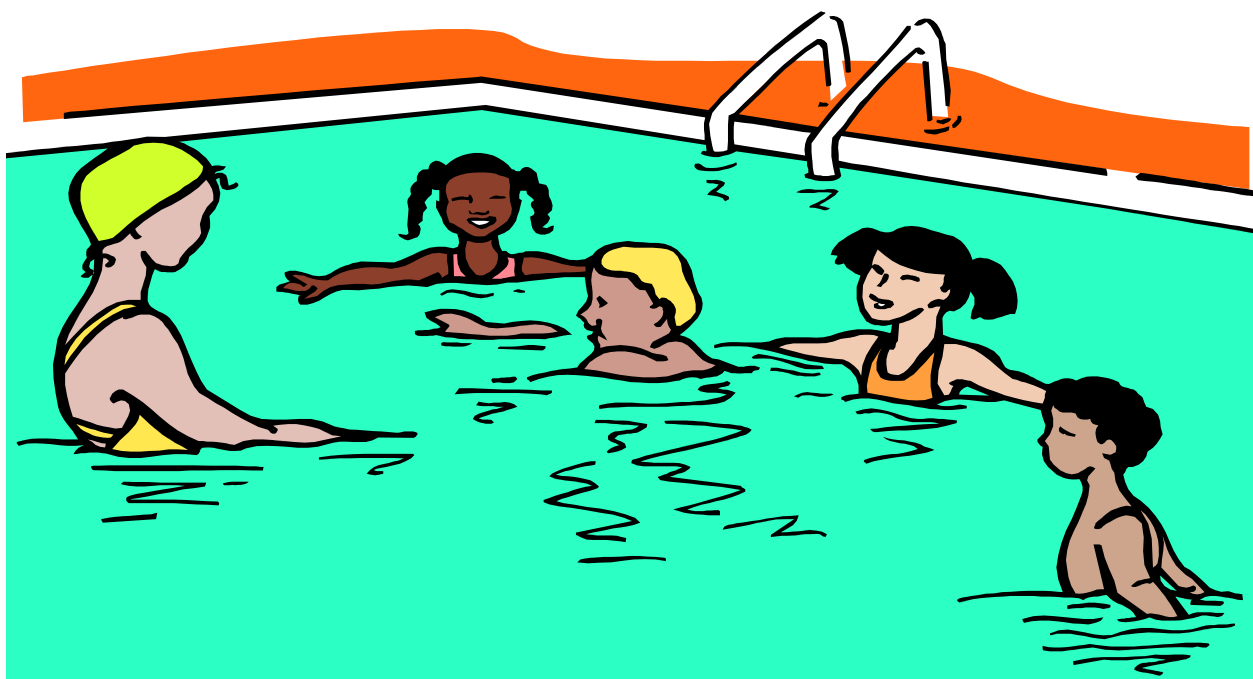
<b>Elément</b>	<b>Valeur</b>
Saut assemble et soubresaut sans changement de pied	0.5 pt
Roulade arrière groupée ou jambe écarté	1.50 pt
Roue, départ fente et retour fente	1.50 pt
ATR passage départ fente et retour fente	1.50 pt
Grand écart antéropostérieur ou écrasement facial ou pont	0.5 pt
Déplacement chorégraphique sur ½ pointes libre exemple : pas chasses, pas de bourrée, battement etc...	0.5 pt

### **Imposé 2 :**

<b>Elément</b>	<b>Valeur</b>
SAUT EXTENSION ½ TOUR	0.5 pt
ROULADE AV GROUPEE	1 pt
PONT OU GRAD ECART OU ECRASEMENT FACIAL OU FERMETURE TRONC - JAMBE	1pt
CHANDELLE (AVEC OU SANS AIDE DES MAINS)	1pt
ATR (1 jambe a L'ATR)	1pt
Déplacement chorégraphique pas chassée ou 2 battement sur pieds plats (jambe levée a hauteur du bassin minimum ou 3pas marché sur ½ pointes avec coordination des bras.	0.5 pt



# Règles de compétition en Natation



## Catégorie d'âge:

Sont autorisés à participer, les filles et garçons âgés de 09 à 11 ans, est éventuellement les 12 ans.

## Quotas :

- Chaque wilaya sera représentée par douze (12) nageurs, six(06) filles et six(06) garçons.
- Le quota de la wilaya organisatrice et de douze (12) filles et douze (12) garçons.

## Epreuves proposées:

50m nage libre - 50m brasse – 50m dos -50m Papillon - 4x50m (4nages) - relais 8x50m NL (mixte).



# Règles de compétition en Tennis de Table

## Catégorie d'âge:

Sont autorisés à participer, les filles et garçons âgés de 09 à 11 ans, est éventuellement les 12 ans.

## Quotas :

- Chaque wilaya sera représentée par dix (10) élèves, cinq (05) filles et cinq (05) garçons.

## Système de jeux : (corbillon)

- Les rencontres vont se dérouler en individuel et par équipe (la paire peut être mixte).

### 1 LA TABLE:

Elle est rectangulaire, et mesure 2,74 m de long et 1,525 cm de large

### 1 - LE FILET

1.1 sa hauteur est de 15,25cm.

### 2- LA BALLE

2-1 La balle est sphérique et son diamètre est de 40mm. elle pèse 2,7g.

### 3 - LA RAQUETTE

- La raquette peut être de n'importe quels poids, forme et dimensions, mais la palette doit être plate et rigide.

## **4 - DÉFINITIONS**

**4.1** - Un *échange* est la période durant laquelle la balle est en jeu.

**4.2** - La *balle est en jeu* à partir du dernier moment où, au cours de l'exécution du service, elle repose immobile sur la paume de la main libre avant d'être intentionnellement lancée vers le haut, jusqu'au moment où l'échange se termine par une décision d'échange à rejouer ou par un point.

**4.3** - Une "*balle à remettre*" est un échange dont le résultat n'est pas compté.

**4.4** - Un *point* est un échange dont le résultat est compté

## **5 - LE SERVICE**

**5.1** - Au début de l'exécution du service, et jusqu'à ce qu'elle soit lancée, la balle doit reposer librement sur la paume de la main libre, immobile et ouverte.

## **6- UN RENVOI CORRECT**

La balle, ayant été servie ou renvoyée, doit être frappée de telle façon qu'elle franchisse ou contourne le filet ou ses accessoires et touche le camp de l'adversaire soit directement, soit après avoir touché le filet ou ses accessoires.

## **7- L'ORDRE DE JEU**

**7.1** - En simple, le serveur effectue d'abord un service régulier, puis le relanceur effectue un renvoi régulier et après cela serveur et relanceur effectuent alternativement un renvoi régulier.

**7.2** - En double, le serveur effectue d'abord un service correct, puis le relanceur effectue un renvoi régulier, après quoi le partenaire du serveur effectue un renvoi régulier ; ensuite, le partenaire du relanceur effectue un renvoi régulier et, après cela, chaque joueur, à tour de rôle et dans l'ordre décrit ci-dessus, effectue un renvoi régulier.

## **8 - BALLE À REMETTRE**

**8.1** - L'échange est à rejouer :

**8.1.1** - si, au cours de l'exécution du service, la balle touche le filet ou ses accessoires en les franchissant ou en les contournant, et pour autant que le service soit correct par ailleurs ou qu'il ait été fait obstruction à la balle par le relanceur ou par son partenaire .

## **9 - UN POINT**

**9.1** - A moins que l'échange ne soit à remettre, un joueur marque un point :

**9.1.1** - si son adversaire n'effectue pas un service régulier ;

**9.1.2** - si son adversaire n'effectue pas un renvoi régulier ;

**9.1.3** - si, après qu'il ait effectué un service ou un renvoi régulier et avant d'être frappée par son adversaire, la balle touche n'importe quoi d'autre que le filet ou ses accessoires.

## **10 - UNE MANCHE**

Une manche est gagnée par le joueur ou par la paire marquant le premier 11 points. Toutefois si les deux joueurs ou les deux paires ont marqué l'un et l'autre 10 points, la manche est gagnée par le joueur ou par la paire qui, par la suite, marque en premier deux points de plus que le joueur ou la paire adverse.

## **11 - UNE PARTIE**

Elle se dispute au meilleur de 5 manches (3 manches gagner).

## *Règles de compétition des Echecs*



Festival national des écoles primaires BBA juillet 2011

### Catégorie d'âge:

Sont autorisés à participer, les filles et garçons âgés de 9 à 11 ans, est éventuellement les 12 ans.

### Quotas :

- Chaque wilaya sera représentée par dix (10) élèves, cinq (05) filles et cinq (05) garçons.

### **Système de compétition:**

Il sera arrêté en fonction du nombre de participant :

- De 1 a 4 joueurs : double ronde
- De 5a 10 joueurs : rond robin ou tour complet
- Plus de 10 joueurs : system suisse, 9 rondes

### **Cadence :**

- 30 minutes de réflexion pour chaque joueur au finish.

### **Départage :**

Il sera tenu compte de critères suivants :

<b><u>Rond robin</u></b>	<b><u>System suisse</u></b>
Nombre de point inscrits	Nombrede point inscrits
Sonneberg berger	Médiane bucholtz
Résultat entre les joueurs sont ex-æquo	Cumul
Nombre de victoires	Nombre de victoires
Partie blitz de 5' pour les blanc	Partie blitz de 5'

# SPORT COLLECTIF

SPORT COLLECTIF

- 1) Règles du Mini- Hand-ball
- 2) Règles du Mini- Volley-ball
- 3) Règles du Mini- Basket-ball
- 4) Règles du Mini- Football



# ***Système de Compétition en sport collectif***

➤ Deux (02) groupes seront composés sur tirage au sort

**1<sup>er</sup> TOUR:** La compétition se déroulera sous forme de championnat à 2 groupes

Groupe A	Groupe B
➤ A1	➤ B1
➤ A2	➤ B2
➤ A3	➤ B3
➤ A4	➤ B4
←-----9-----→	

- Le représentant de la wilaya organisatrice aura l'avantage de choisir la tête de l'un des deux (02) groupes.
  - L'équipe détentrice occupera la tête de l'autre groupe.
  - En cas d'absence de l'équipe détentrice du titre, c'est l'équipe championne de la région (même région que la wilaya organisatrice) qui occupera la tête de l'autre groupe.
  - La 9<sup>ème</sup> équipe sera orientée vers l'un des deux groupes (A ou B) sur tirage au sort.
- A la fin du 1<sup>er</sup> tour un classement sera établi en fonction des résultats obtenus.

## **2<sup>ème</sup> Tour:**

- ❖ Les équipes classées 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> dans leur groupe seront qualifiées aux 1/2 finales.
- ❖ Les équipes classées 3<sup>ème</sup> dans leur groupe, joueront pour la 5<sup>ème</sup> / 6<sup>ème</sup> place.
- ❖ Les équipes classées 4<sup>ème</sup> dans leur groupe et l'équipe classée 5<sup>ème</sup> joueront pour la 7<sup>ème</sup> / 8<sup>ème</sup> / 9<sup>ème</sup> place (championnat sous forme de challenge avec un temps réduit)
- ❖ Les vaincues des 1/2 finales joueront pour la 3<sup>ème</sup> / 4<sup>ème</sup> place.
- ❖ Les vainqueurs des 1/2 finales, joueront la finale.

**Cas de 5 équipes:** Championnat d'un groupe, à la fin un classement sera établi pour déterminer le champion.

**Cas de 3 et 4 équipes :** Championnat d'un groupe en aller / retour, à la fin un classement sera établi pour déterminer l'équipe championne.

# Programme pour 09 équipes

FESTIVAL NATIONAL DES ECOLES PRIMAIRES

1eme journée	Matin			Après –midi		
				- accueil des délégations - Homologation et accréditation - Réunion technique		
	Groupes	rencontre		Groupes	Rencontre	
2eme journée	Cérémonie d'ouverture			A	A2 X A5	A1 exp
				A	A3 X A4	
				B		
				B		
3eme journée	A	A5 X A3	A4 exp	A	A3 X A1	A 2 exp
	A	A1 X A2		A	A4 X A5	
	B	B1 X B2		B	B4 X B1	
	B	B3 X B4		B	B2 X B1	
4eme journée	B	B1 X B3				
	B	B2 X B4				
	A	A1 X A4	A 5 exp	A	A4 X A2	A 3 exp.
	A	A2 X A3		A	A5 X A1	
5eme journée	1 <sup>er</sup> A	1 <sup>er</sup> B		3 <sup>eme</sup> A	3 <sup>eme</sup> B	
	2eme A	2eme B		4 <sup>eme</sup> A	4 <sup>eme</sup> B	
	1 <sup>er</sup> A	1 <sup>er</sup> B		3 <sup>eme</sup> A	4 <sup>eme</sup> B	
	2eme A	2eme B		4 <sup>eme</sup> A	3 <sup>eme</sup> B	
6eme journée	Classement 5/6 – 7/8 (niveau2)					
	5eme 7eme	6eme 8eme				
	1½ finale (niveau 1)			Classement 3/4et finale		
	1 <sup>er</sup> 2eme	4eme 3eme				
7eme journée	Départ des délégations					

N.B : passage au 2eme tour avec le résultat réalisé entre les 02 équipes du même



## Règles de compétition en Mini-Hand-ball



### **1. Les règles**

Les règles fondamentales du handball sont applicables, mais avec un souci d'adaptation aux capacités des enfants. Elles évolueront d'une interprétation très large vers une application plus rigoureuse.

Le mini hand offre à l'enfant un jeu adapté à son âge, qui se pratique partout, ludique, libre et sans "champions". La règle, le terrain, les formes peuvent être aménagées.

#### **Catégorie d'âge:**

- Sont autorisés à participer, les filles et garçons âgés de 09 à 11 ans, est éventuellement les 12 ans.

#### **Quotas :**

- Chaque wilaya sera représentée par vingt (20) élèves, dix(10) filles et dix (10) garçons.

## 2. Durée des rencontres :

Nombre d'équipes	Système de compétition	Sexe	Durée des rencontres	
			Tour préliminaire	Tour principale
06 équipes et plus	Championnat à deux groupes	Fille	2 x 10mn 5 mn repos	2 x 15 mn 10 mn de repos
		Garçon	2 x 10 mn 5 mn repos	2 x 15 mn 10 mn de repos
05 équipes et moins	Championnat à un groupe	Fille	Un (01) match jour 2x15mn	
		Garçon	Un (01) match jour 2x 15mn	

## 3. Le ballon :

46 à 48 cm de circonférence (IHF 0). Il ne doit pas faire mal et permettre une bonne préhension.

## 4. Les joueurs :

Une équipe est composée de 04 joueurs de champ, 1 gardien de but et de 05 remplaçants. Tous les enfants devraient jouer une durée égale.

- Les remplacements se font à n'importe quel moment (y compris pour le gardien de but).

## 5. Le gardien de but :

Libre de ses mouvements dans la surface de but, il peut participer au jeu hors d'elle (soumis à ce moment aux règles des joueurs de champ), mais ne peut ramener le ballon dans sa zone.

## 6. Le joueur de champ ... et le ballon :

### **Il ne peut :**

- le garder plus de 3 secondes ;
- le passer à son gardien de but quand celui-ci est dans sa surface ;
- faire plus de 3 pas balle en main ;

### **Il peut :**

- progresser avec la balle en faisant rebondir la balle au sol (dribbler), et effectuer une passe à un partenaire ou tirer au but.

## 7. Le joueur de champ ... et le terrain :

- Il n'a pas le droit de pénétrer dans la surface de but sauf en suspension. A l'atterrissage le ballon doit être lâché des mains.

## 8. Le joueur de champ ... et l'adversaire :

- Aucune brutalité n'est permise :
- Pas d'accrochage ;
- Pas de ceinturage ;
- Pas de poussette.

### a) **L'engagement :**

Il se fait au milieu du terrain au début de chaque période et par le gardien dans sa surface de but après un but.

### b) **Remise en jeu :**

Lorsque le ballon franchit la ligne de côté (ligne de touche), la remise en jeu se fait sur cette ligne.

Lorsque le ballon franchit la ligne de fond (ligne de but), la remise en jeu se fait par le gardien de but sauf si le ballon a été touché par un coéquipier du gardien (corner).

### c) **Sanctions :**

Toute faute est sanctionnée par un jet franc à l'endroit de la faute, à 2 mètres de la surface de but si nécessaire, l'adversaire étant obligatoirement à 2 mètres.

Toute faute grossière à proximité de la surface de but est sanctionnée par un jet à 5 mètres (penalty) sans empiéter sur la surface de but.

d) **Exclusion** :

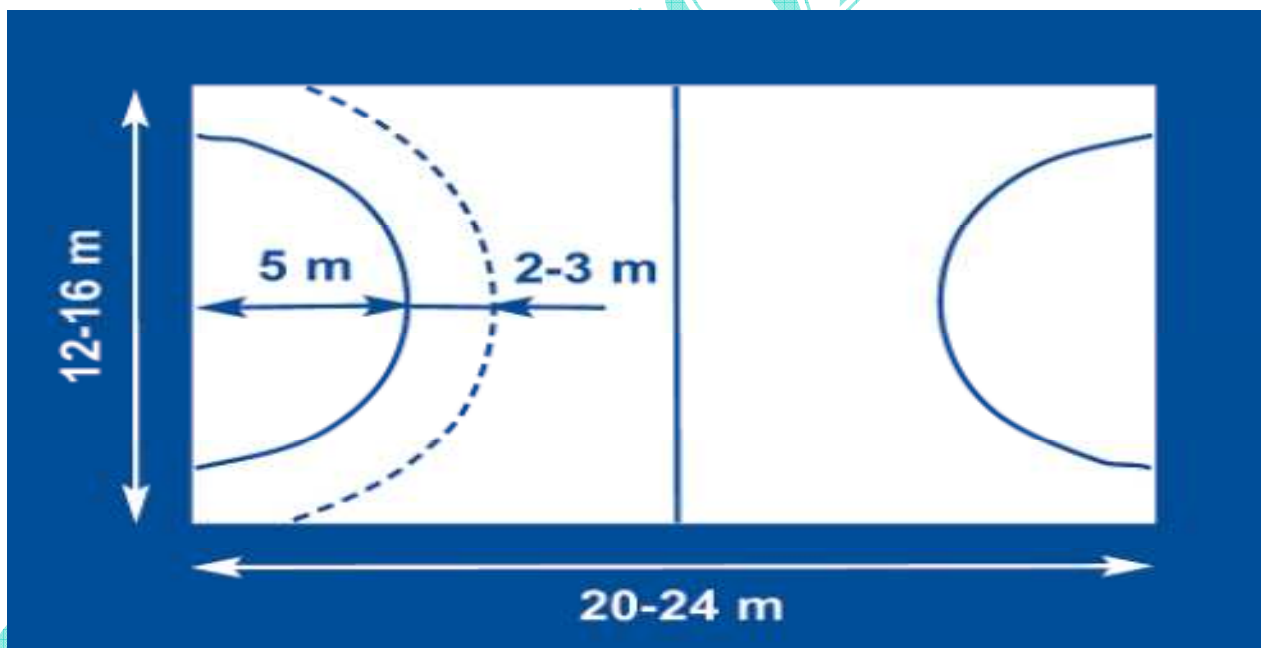
Il doit s'agir d'un cas extrême. 30 secondes d'exclusions sont prononcées en cas de brutalité volontaire, de jeu dangereux, de manque de respect à l'arbitre ou à tout autre participant au jeu.

e) **Les équipements**

1. **Le terrain**:

Il mesure entre 18 et 25 mètres de longueur et entre 12 et 15 mètres de largeur.

Un terrain de handball (20m sur 40) est divisé en trois terrains de 12m sur 20 avec zone de but à 4 m du but.



f) **La surface de but** :

Elle est tracée en demi-cercle à 5 mètres du milieu des buts.

g) **Les buts** :

2,40 m de large, 1,70 m de haut (dimensions intérieures) avec filet.

# Règles de compétition en Basket- Ball



# 1-Définition

## 1-1 Le mini basket

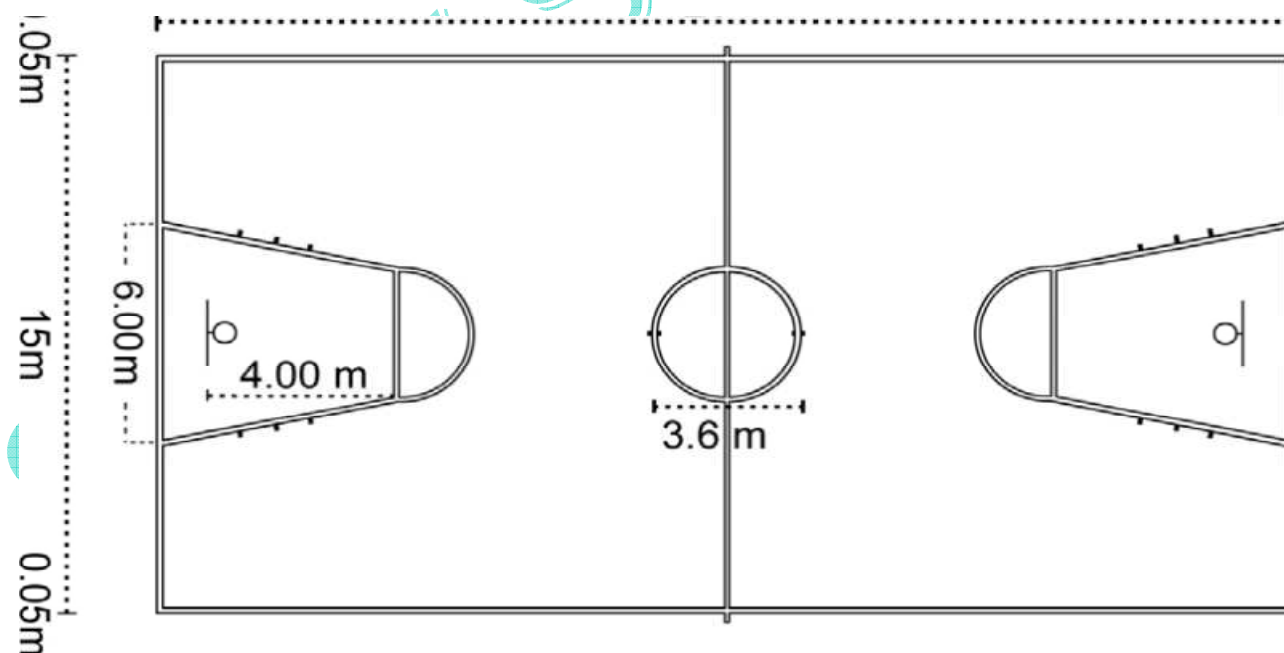
Le mini basket est un jeu basé sur le Basketball, pour garçons et filles ayant onze ans au moins dans l'année où la compétition commence.

L'objectif de chaque équipe est de marquer dans le panier de l'adversaire et d'empêcher celui-ci de s'emparer du ballon ou de marquer, dans les limites fixées par les règles du jeu.

## 2- DIMENSIONS ET EQUIPEMENTS

### 2-1 Le terrain :

<i>Règle obligatoire</i>	<i>Règle au choix</i>	<i>Commentaire</i>
Le terrain de jeu doit être une surface rectangulaire plane et dure, libre de tout obstacle	Dimensions : - maxi : 28 de long x 15 de large - 26m x 14m - 24m x 13m	Il est admis de faire évoluer les mini basketteurs sur des terrains de dimensions réduites, sous réserve de respecter les caractéristiques ci-après.



## 2-2 Les lignes:

<i>Règle obligatoire</i>	<i>Commentaire</i>
<p>Ce sont les mêmes que celles tracées sur un terrain de basketball normal avec, éventuellement, les différences suivantes :</p> <p>la ligne de lancer franc est tracée à 4,60 m du panneau</p> <p>les lignes et la zone de panier à trois points ne sont pas utilisées même si elles existent.</p>	<p>pour les rencontres des poussins, le demi-cercle tracé en pointillé à l'intérieur de la zone restrictive doit être utilisé comme ligne de lancer franc (distance : 2,80 m) ; La présence des lignes sur un terrain de jeu est essentielle. Même tracées de façon sommaire ou provisoire, elles donnent aux enfants les repères et sont indispensables à l'acquisition et au respect des règles de jeu.</p>

**N.B :** règle au choix (néant)

## 3- Les panneaux / Les paniers:

<i>Règle obligatoire</i>	<i>Règle au choix</i>
<p>Chacun des panneaux doit être en bois dur ou en matériau transparent adéquat, de surface plane.</p>	<p>Panneau :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Rectangulaires</li><li>✓ ou en forme de disque.</li></ul>
<p>Chaque panier comprend l'anneau et le filet. Chacun des deux anneaux doit être à 2,60 m au-dessus du terrain.</p>	

**N.B :** la case commentaire (néant)

## 4- Le ballon:

<i>Règle obligatoire</i>
<p>IL est en plastique ou en cuir, sphérique de taille 5(68a73cm), son poids entre 450 et 500g.</p>

**N.B :** La case règle au choix (néant)

La case commentaire (néant)



## 5- **Equipement technique** :

<i><b>Règle obligatoire</b></i>
L'équipement technique suivant doit être à disposition : <ul style="list-style-type: none"><li>- le chronomètre de jeu ;</li><li>- la feuille de marque ;</li><li>- un panneau d'affichage du score ;</li><li>- des plaquettes numérotées de 1 à 5 pour indiquer le nombre de fautes personnelles commises par un joueur.</li></ul>

## 6- **Les joueurs et l'entraîneur** :

<i><b>Règle obligatoire</b></i>	<i><b>Règle au choix</b></i>
Chaque équipe doit être composée de 10 joueurs maximum ,5 joueurs sur le terrain et 5 remplaçants. Aucun joueur n'a de titre et/ou de fonction de capitaine.	Possibilité d'équipes mixtes sous certaines conditions définies chaque année par le Comité départemental.

**N.B** : la case commentaire (néant)

### 6-1 **L'entraîneur**:

Il est le responsable de l'équipe. Il donne des conseils aux joueurs du bord du terrain, tranquillement et avec le sens de l'entraide et de l'amitié. Il est responsable des changements de joueurs.

### **Tenue des joueurs** :

Tous les joueurs d'une équipe doivent avoir un maillot de la même couleur  
Ils doivent être numérotés à partir de (4) à (15).



## **7-Durée des rencontres:**

<i>Règle obligatoire</i>	<i>Commentaire</i>
<ul style="list-style-type: none"><li>• 6 périodes de jeu de 4 mn chacune. intervalle de 1 mn entre chaque période. Une mi-temps de 5 mn entre la 3ème et la 4ème période, <b>catégorie d'âge (7-8ans)</b></li><li>• 4 période de jeu de 5min décomptées Intervalle de 1 mn entre 1<sup>er</sup> et 2eme, et entre 3eme et 4eme période. Une mi-temps de 5 mn entre la 2ème et la 3ème période, <b>catégorie d'âge (9-11ans)</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Le temps de jeu est décompté à l'identique du règlement officiel de Basketball.</li><li>• Le temps de jeu est à aborder obligatoirement entre les arbitres et les entraîneurs lors de l'entretien d'avant match</li></ul>

## **Début de la rencontre :**

Toutes les périodes doivent commencer par un entre-deux au centre du terrain.  
L'arbitre doit lancer le ballon entre deux adversaires.  
Après la mi-temps, les équipes doivent changer de panier.

## **Temps mort :**

Chaque entraîneur peut demander un seul temps mort lors des 3 premières périodes et lors des 3 dernières périodes.

## **Valeur des paniers :**

- Un panier réussi du terrain compte 2 points.
- Un panier réussi à la suite d'un lancer franc compte 1 point.
- **Pas de panier à trois points (un tir réussi au-delà des 6m25 comptera 2 points).**

## **Résultat :**

L'équipe qui a réussi le plus grand nombre de points est déclarée gagnante.

- ✓ Si le score est nul au terme de la dernière période, une seule prolongation de 2 mn sera jouée.
- ✓ En cas d'égalité au terme de la prolongation, 4 joueurs différents de chaque équipe tireront chacun un lancer-franc. Cette procédure sera reprise autant de fois que nécessaire.

## **Possibilités de remplacement :**

<i>Règle obligatoire</i>	<i>Règle au choix</i>	<i>Commentaire</i>
Chaque joueur devra participer à un minimum de 2 périodes complètes lors des 4 premières périodes Lors des 2 dernières périodes, les remplacements seront libres.	Pendant ces 4 premières périodes, les remplacements ne seront pas autorisés sauf en cas de blessure, possibilité dans la dernière.	Le choix des règles doit conduire à permettre à chaque joueur de disposer d'un temps de jeu.

## **Violations :**

- Un joueur est hors jeu lorsqu'il touche le sol SUR ou EN DEHORS des limites du terrain.
- Le ballon est hors jeu lorsqu'il touche un joueur ou toute autre personne hors jeu, le sol ou tout autre objet SUR ou EN DEHORS des limites du terrain.

### ❖ **Commentaire**

Cette règle doit être appliquée, sans tolérance, à tout niveau de pratique.

## **Dribble**

Dribbler est l'action de faire rebondir le ballon au sol à l'aide d'une seule main.

Nul n'a le droit de :

- ✓ Dribbler avec deux mains en même temps
- ✓ Garder le ballon dans une main ou les deux, puis reprendre le dribble.

### **Le marcher :**

Le marcher est le déplacement illégal d'un ou des deux pieds dans n'importe quelle direction.

### **Commentaire :**

On peut tolérer que le pied soit décollé avant le lâcher du ballon à condition que le mini basketteur ne fasse pas un pas supplémentaire.

### **Trois secondes :**

Un joueur ne doit pas rester plus de trois secondes dans la zone restrictive adverse quand son équipe contrôle le ballon.

### **Retour en zone arrière**

Une équipe qui contrôle le ballon dans sa zone avant ne doit pas le ramener dans sa zone arrière.

### **Ballon tenu**

Le ballon est tenu lorsque plusieurs adversaires le tiennent fermement.

- si un défenseur tente d'arracher (ou de taper) le ballon des mains d'un attaquant, le ballon est redonné, sur la touche, à l'équipe attaquante ;
- dans les autres cas (ballon attrapé en même temps par deux joueurs, la règle de l'entre-deux s'applique).

### **Sanctions :**

Faute commise sur un joueur qui n'est pas dans l'action de tirer :

- le jeu reprendra par une remise en jeu de l'extérieur du terrain, par l'équipe non fautive, du point le plus proche de l'infraction.

Faute commise sur un joueur qui est dans l'action de tir :

- si le panier n'est pas réussi, deux lancers francs seront tirés ;
- si le panier est réussi, un lancer franc sera tiré.

### **Faute antisportive :**

Une faute antisportive est une faute commise délibérément par un joueur ne jouant pas le ballon ou provoquant un contact excessif sur un adversaire.

Dans le cas d'un tel comportement, l'arbitre pourra demander un changement. Le joueur devra sortir du terrain jusqu'à la fin de la période. Il sera remplacé. Il pourra revenir en jeu.

### **Faute technique**

Une faute technique est une faute sans contact qui sanctionne des termes irrespectueux, vers un joueur, vers l'arbitre.

Dans le cas d'un tel comportement, l'arbitre pourra demander un changement. Le joueur devra sortir du terrain jusqu'à la fin de la période. Il sera remplacé. Il pourra revenir en jeu.

Elle sanctionne également un entraîneur qui pénètre sur le terrain ou qui n'aurait pas une attitude sportive (réparation : ballon redonné à l'adversaire).

### **5 fautes par joueur**

Un joueur ayant commis cinq fautes doit quitter le jeu.

### **Arbitrage:**

Toutes les rencontres doivent être arbitrées par le jeune arbitre scolaire (J.A.S)

## **Règles de compétition en mini Volley-ball**

Afin de normaliser le format de compétition lors des rencontres inter écoles, des règlements ont été adoptés pour les jeunes écoliers de 9 à 11 ans. Voici les principales règles :

**Terrain:** *Terrain de badminton en double (6,10x13,40)*

Compte tenu du gabarit et du nombre de joueurs, un terrain réduit augmente l'efficacité défensive des équipes et rend le jeu plus agréable en augmentant le nombre de contacts pour chaque échange.

De plus, l'utilisation d'une aire de (badminton) déjà identifiée dans la très grande majorité des cas minimise les frais d'aménagement d'un terrain spécial.

**Hauteur du filet :** *2 mètres*

Une hauteur de filet adaptée permet aux jeunes d'expérimenter l'action la plus « accrocheuse » du volley -Ball soit l'attaque (le smash). De plus, l'obstacle étant plus bas, ceci facilite les échanges et en augmente le nombre.

**Contact avec le ballon :** *3 passes obligatoires*

L'obligation d'avoir 3 passes assure à tous les membres de l'équipe de pouvoir toucher souvent et régulièrement le ballon.

**Le ballon :**

- ✓ Ayant une circonférence variant entre 60 et 65 cm.
- ✓ Moins durs pour les bras des enfants et attrayant

**Nombre de joueurs:** *4 contre 4, mixité non obligatoire (au choix)*

Des études démontrent qu'en situation 4 contre 4, chaque joueur sera en contact avec le ballon jusqu'à 100% de plus qu'en 6 contre 6. De plus, le 4 contre 4 comporte les mêmes caractéristiques offensives (lignes avant) et défensives (lignes arrière) que le volley Ball dit traditionnel.

Mixité: Avant 12 ans, le développement physique des garçons et des filles est sensiblement le même.

### **L'équipe:**

- ✓ Doit avoir obligatoirement 08 joueurs avec une tenue uniforme

### **Système de compétition :**

#### **1- Un match de mini-volley se joue en 02 sets gagnant dont :**

- ✓ 02 sets de 25 points limite.
- ✓ En cas d'égalité le 3<sup>eme</sup> set décisif à 15 points avec 2pts de différence.

#### **2- Règle obligatoire :**

- ✓ Le 1<sup>er</sup> set : faire rentrer 4 joueurs.
- ✓ Le 2<sup>eme</sup> set : faire rentrer les 4 joueurs restants
- ✓ Le 3<sup>eme</sup> set : l'entraîneur est libre de la composition de l'équipe.

### **Une équipe peut gagner :**

- ✓ 02 sets à 00 ou
- ✓ 02 sets à 01

### **Temps morts :**

- ✓ Chaque équipe a le droit à 02 temps morts de 30secondes par set.

### **Règle d'or**

Une équipe qui perd un set par forfait (quelque soit l'excuse) perdra automatiquement le match (2- 0) même si elle gagne le premier set. Pour cela, il est recommandé encore une fois de se présenter avec une équipe de 08 joueurs et 08 joueuses et faire jouer l'ensemble de l'effectif. Si on veut accéder à l'étape supérieure de la compétition (phase finale)



# **Règles de compétition en Mini Foot- Ball**



Festival national des écoles primaires BBA juillet 2011

## **1- Nombre de joueurs :**

- ✓ Une équipe se compose de 9 joueurs dont le gardien de but + 5 remplaçant maximum.
- ✓ L'entraîneur peut faire les changements pendant les arrêts de jeux.

## **2-L'équipement des joueurs :**

- ✓ Les joueurs d'une même équipe doivent porter la même tenue
- ✓ Chaussures : tartin, crampons en plastique et training
- ✓ Les protège-tibias ne sont pas obligatoires mais très fortement recommandés.
- ✓ Le gardien doit mettre une tenue différente des joueurs et arbitres

## **3-Le terrain:**

Le terrain utilisé devrait autant que possible être conçu pour le Foot Ball A 9.

- 1- Longueur 60/70m
- 2- Largeur 45/50m

#### **4-La dimension des buts :**

- 1- 2m de hauteur par 5m de largeur
- 2- Le cercle central aura 6m de rayon
- 3- Le point de penalty sera placé à 9 mètre du but
- 4- Surface de réparation doit avoir 13m

#### **5-Le ballon :**

Utiliser un ballon N° 4 pour les 9 /11 ans

Un ballon N°3 est recommandé pour les 6 / 8ans.

#### **6-Hors-jeu :**

- ✓ Hors –jeu appliquer uniquement pour les élèves de (9-11ans) a partir de la zone des 13m

#### **7-Temps de jeux :**

<b>P2 (7/8ans)</b>	<b>Repos</b>	<b>P3 (9/11ans)</b>	<b>Repos</b>
2 x 10 mn	2 mn	20 mn	10 mn



# SPORT DE COMBAT

1) Règles du judo

2) Règles du karaté-Do

# Règles de compétition en Judo

## 1/ REGLEMENT TECHNIQUE DES JEUX D'ECOLE (5- 8ans) AU NIVEAU DES WILAYAS

### 1/Quotas de participation :

- L'équipe sera composée de 12 athlètes ; 6 filles et 6 garçons à tous les paliers de sélection ; a savoir :

- Etablissement
- Commune
- Daïra
- Wilaya

L'exécution des exercices se fera en duo (mixte)

### 2/ LES ATELIERS:

A /Les brises Chutes (UKEMIS)	Système de notation
▪ Chute avant droite (MAE MIGI)	4 points par duo
▪ Chute avant gauche (MAE HIDARI)	4 points par duo
▪ Chute arrière (USHIRO)	4 points par duo
▪ Chute latérale droite (YUKO MIGI)	4 points par duo
▪ Chute latérale gauche (YUKO HIDARI)	4 points par duo
Total : 20 points	

<u>B /Epreuves gymniques</u>	Système de notation
▪ Roulade Avant	4 points par duo
▪ Roulade arrière	4 points par duo
▪ Roue	4 points par duo
▪ Saut de tête	4 points par duo
▪ Saut de main	4 points par duo
Total : 20 points	

## **C/ Epreuves techniques**

Technique	Durée	Cotation
<b>UCHI KOMI</b>	30 secondes le duo	2 points
<b>NAGE KOMI</b> avec chutes	30 secondes le duo	4 points
<b>KAKARI GEIKO</b> TORI (l'exécutant) UKE (celui qui subit)	30 secondes le duo	4 points
		<b>Total : 10 points</b>

## **2/ REGLEMENT COMPETITIF ADAPTER NIVEAU NATIONAL** **(9-11ans)**

### **Article1:**

La participation est ouverte à tout élève scolarisé au sein de l'école primaire, pratiquant le judo.

### **Article2:**

La licence scolaire est obligatoire

### **Article3:**

La qualification au national doit se faire par tous les paliers de sélection à savoir :

- Associations
- Wilayas
- Zones
- Régions

### **Article4:**

Les championnats de tous les paliers sont sous l'égide des ligues scolaires en collaboration avec les ligues spécialisées

### **Article5:**

Composition de l'équipe (10 élèves):

- 05 filles
- 05 garçons

## **Article 6:**

Catégories de poids (filles et garçons)				
- 27 kg	- 34 kg	-42 kg	-50 kg	+50 kg

## **Article 7:**

### **Arbitrage :**

- KUMI KATA obligatoire
- Attitude de combat (droite)

Toutes infractions donnera un premier avertissement, au deuxième l'athlète sera déclarer perdant.

ETRANGLEMENT INTERDIT

CLE DE BRAS INTERDIT

### **Temps de combats :**

Une minute et trente secondes (1' 30'')

## **Article8:**

Toute situation non prévu par ce règlement sera tranchée par la commission technique.

## Règles de compétition en Karaté – Do

La pratique du karaté assure aux enfants un développement physique et psychique avec un épanouissement dans tous les domaines et d'affronter la vie avec beaucoup moins de crainte.

Le concours du jeune Budoka est un concours annuel qui vise essentiellement à évaluer L'aspect technique et athlétique de nos jeunes Karatékas, tout en mettant l'accent sur les qualités coordinatives, choses à développer d'avantage pendant cette tranche d'âge.

### Concept Budoka

BU : signifie guerrier ou l'art de vaincre

DO : signifie la voie

Toutefois, le mot BUDO littéralement signifie ; la voie du guerrier.

### 1-POPULATION CONCERNEE :

- Catégorie d'âge : Sont autorisés à participer, les filles et garçons âgés de 09 à 11 ans, et éventuellement les 12 ans.

### 2-QUOTA DE PARTICIPATION : (par équipes)

- 05 filles
- 05 garçons

### 3-Système de compétition (en circuit):

NOMBRE D'ATELIERS SEPT(07)

1<sup>er</sup> ATELIER: « culture spécifique au karaté »

Historique: fondateur –style-concept karaté-do – concept budoka.

Lexique japonais: HEIAN – KAMAE-OBI-SEINSEI- SHOMEN-YAME-YASSME- YOI-DAN-EMBUSSEN-EMPI.

Arbitrage: surface du tapis enfant et adulte – AKA-AO-IPPON-NIHON-SAMBON-

TORIMASEN – SHUGO-TSUZUKETE-TSUZUKETE HAJIME- HIKIWAKE-JOGAI –  
MUBOBI-MOTONO ICHI. « Explication avec geste »

**2<sup>eme</sup> ATELIER:** « Epreuve technique et hygiène corporelle et vestimentaire»

**En avançant sur les trois positions : Zenkutsu/Kukutsu et Kiba –Dashi :**

OI ZUKI (Jodan/Shodan/Gedan	ZEN-KUTSU KO- KUTSU ZEN-KUTSU
GEDAN BARAI	
AGE UKE	
SOTO UDE UKE	
UDE-UKE	
SHUTO UKE	
MAE-MAWASHI-YOKO (GERI)	
<b>L'état hygiénique du corps et vestimentaire :</b> Cheveux – ongles – pieds – Karaté-Ji	

**3<sup>eme</sup> ATELIER:** « assaut conventionnel »

GOHAN KUMITE – SAMBON KUMITE- IPPON KUMITE

**Règle obligatoire:** l'élève doit connaître les trois assauts, possibilité d'imposer l'un de ses trois sous- épreuves.

**4<sup>eme</sup> ATELIER:** « KATA »

Chaque athlète doit effectuer un (01) Kata imposé et un (01) au choix inscrit sur la liste des Kata citée ci-dessous :

- ✓ Ten no Kata
- ✓ Tai kyoku No Kata
- ✓ 05 HEIAN - TEKKEI SHODAN
- ✓ BASSADAI DAI - JION.

### **5<sup>eme</sup> ATELIER** : « Exercices gymniques »

- Equilibre sur la tête et les deux mains
- Roulade avant
- Roulade arrière
- Roux (gauche –droite)

### **6<sup>eme</sup> ATELIER**: « capacité coordinative et maîtrise »

Résistance en MAE GUERI pendant 10 secondes

Résistance en YOKO GUERI pendant 10 secondes

Faire le maximum de répétition du MAWASHI GERI sans poser le pied d'attaque.

### **7<sup>eme</sup> ATELIER**: « Aptitude physique »

- Test de souplesse : grand écart facial – latérale.
- Saut en longueur sans élan à partir d'une flexion complète.
- Saut en hauteur sans élan à partir d'un dem-flexion.
- Test de coordination et de vitesse.
- Test de précision : lancer une pelote dans un cercle suspendu (2 Essais)

## FICHE DE NOTATION

Nom : .....

Région .....

Prénom : .....

Ateliers	Contenu	Note /sur	Coef	Total
01	culture spécifique au karaté -DO	/6	01	
02	Epreuve technique et hygiène corporelle et vestimentaire	/15	02	
03	Assaut conventionnel	/6	02	
04	KATA	/10	03	
05	Exercice gymnique et acrobatiques	/6	01	
06	Capacité et maîtrise	/10	01	
07	Aptitude physique	/7 + meilleur temps	01	
Total final =				